Știați că...

◆ ...Gara de Nord din București, cea mai mare gară feroviară din România, a fost inaugurată în 1872? Construcția a început în 1868 pe un loc ales de Carol I.

◆ ...cuvântul „zodiac" este de origine greacă? Provine de la expresia „Zodiakos Kyklos" care ar putea fi tradusă prin „ciclul animalelor".

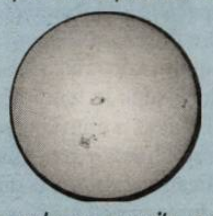
◆ ...primul vaccin din lume a fost realizat de englezul Edward Jenner în 1796, împotriva variolei? Boala a fost eradicată în 1977.

◆ ...un șarpe are nevoie de 17 zile pentru a digera un șoarece? Numai după această perioadă poate mânca din nou.

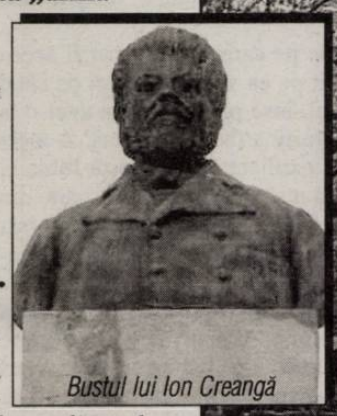
◆ ...castelul Peleș a fost primul castel din Europa luminat în întregime de curent electric? Construcția a început în 1873 iar inaugurarea oficială s-a făcut în 1883.

◆ ...omul pierde în fiecare zi o cantitate de piele uscată? Aceasta este estimată la aproximativ 14 grame.

◆ ...pe suprafața Soarelui apar și dispar mereu pete închise la culoare, numite pete solare? Cele mai multe sunt mai mari decât Pământul.



Știați că...



Bustul lui Ion Creangă

Veronica Micle

Grădina Copou

În *excepționala conferință „Cum am devenit moldovan", amestec meșteșugit de gravitate și umor irezistibil, George Topârceanu declara că a iubit de la început orașul de pe malul Bahluiului unde nimic nu ar putea acoperi vreodată „urma pașilor lui Eminescu, umbra ciubotelor de iuft ale diaconului Creangă, urmele atâtor oameni iubiți de altădată..."*

Oriunde te-ar purta pașii în străvechea capitală moldavă te simți copleșit de umbrele trecutului. În „Orașul cu trei sute de biserici" cum era numit de un alt poet de peste Milcov, l-am amintit aici pe Ion Minulescu, nu te duci doar să admiri frumusețea unor monumente ca Palatul Culturii, mănăstirile Trei Ierarhi, Golia, sau Cetățuia, Râpa Galbenă sau Teatrul Național, Universitatea sau mulțimea statuilor. Te duci ca să fii pătruns de acel farmec unic al vechilor cetăți în care granițele dintre epoci mai vechi și mai noi par să fi dispărut cu totul și unde o liniște blajină te învăluie de pretutindeni. Un alt scriitor, de data asta moldovean get-beget, Păstorel Teodoreanu, spunea că fiecare locuitor al orașului se simte „o bucățică de Eminescu și o bucățică de Ștefan cel Mare" și dintre imaginile care ți se evocă la tot pasul acestea două par să se detașeze de toate celelalte.

De numele lui Eminescu se leagă nu doar statuia poetului înfășurat într-un fel de peplum, nu doar mărturiile din muzee, sau din școli. Este strâns legat de o grădină, Grădina Copou, cel mai mare, mai vechi și mai frumos parc din Iași. Situată pe Dealul Copoului, grădina a fost amenajată între 1833-1834 fiind deschisă publicului după unele documente în 1835, sub domnia lui Mihail Sturza. Locul ales pentru amenajare a fost pe ulița Podul Verde, unde odinioară era stația de poștă a orașului. Între 1849-1852 grădina a fost lărgită prin cumpărarea unor terenuri vecine și în 1860 a fost luminată cu felinare. Parcul este o adevărată pădure, plină de flori, cu alei tainice și scări de piatră, fântâni, un eleșteu, statui și veverițe sărind printre ramuri.

În mijlocul parcului se înalță „Obeliscul cu lei" realizat după planurile lui Gheorghe Asachi între 1834-1841. Numit și „Monumentul Regulamentului Organic" a fost ridicat în onoarea generalului Pavel Kiselef și a reformelor introduse de el în Moldova.

Monumentul este compus dintr-un soclu masiv pe care sunt așezați patru lei sculptați de Johann Semser, fiecare având sub el o sabie cu ramuri de stejar. Pe spatele lor se înalță o coloană de piatră grea de 10 tone și având o înălțime de 6-7 metri. Cei patru lei simbolizau cele patru țări europene care au recunoscut independența Țărilor Române. În monument se bănuiește că există un document organic de pe vremea lui Alexandru Ioan Cuza.

Obeliscul cu lei

În apropierea monumentului se află unul dintre cele mai dragi și mai romantice simboluri ieșene. Este „Teiul lui Eminescu" un tei argintiu despre care se crede că a fost sădit cu circa 200 de ani în urmă. Unii au crezut că l-a sădit chiar poetul dar în cele din urmă s-au lămurit că e mult mai bătrân. Eminescu stătea la umbra lui ceasuri întregi singur sau însoțit de iubita lui, Veronica Micle, sau marele său prieten Ion Creangă. Teiul a suferit mult, a fost lovit chiar de un fulger, dar supraviețuiește pentru că nu vrea să rănească inima ieșenilor prin dispariția totală. În fața lui este plasat un bust de bronz al poetului, operă a sculptorului I. Mateescu. Nu departe se află și bustul Veronicăi Micle pe aleea „Junimea" unde sunt și busturile lui Ion Creangă, Nicolae Gane, Iacob Negruzzi și Ciprian Porumbescu.

În 1889 în parc s-a deschis un muzeu Mihai Eminescu, realizat după planurile arhitectului Virgil Onofrei. În fiecare an, în Grădina Copou are loc târgul național de ceramică numit „Cucuteni" și adunând meșteri olari din toată țara. Și acești oameni minunați, creatori de frumos, aduc pe colinele Copoului ecourile clopotelor din „Sara pe deal".

Muzeul literaturii române Mihai Eminescu

Castelul Nako

Aflat în localitatea Sânnicolau Mare, castelul a fost construit de groful Nako Kalman, lucrările începând în 1864. A devenit repede centrul activităților culturale și politice din oraș.

Clădirea este înălțată în stil neoclasic cu elemente romantice. Înăuntru este amenajat un veritabil muzeu. Trebuie amintite în acest sens biblioteca, numărând peste 5000 de volume, altarul Cinquecento și camera cu trofee vânătorești.

Pagină realizată de IRINA STOICA

Simboluri ale umanității

Haine-Ahu

Aceasta a fost prima femeie creată din argilă roșie încălzită la soare de zeul polinezian Tane. El, împreună cu ceilalți zei i-au dat viață suflându-i în nări. Au dus-o apoi în cer unde au scăldat-o în ape sacre și apoi au coborât-o pe pământ unde o vreme a fost iubita zeului Tane. După aceea zeul a dăruit-o primului bărbat pământean, Tiki, creat de zeul războiului.

Cei doi au format primul cuplu omenesc. Sunt strămoșii mitici ai populației maori. El reprezintă forța bărbatului, destinat luptei, în vreme ce ea simbolizează frumusețea de origine divină a femeii.

În Polinezia perechea umană primordială este considerată și prima familie regală.

Fanfară boicotată

În timp ce privea pe fereastră, cu o cutie de bere în mână, un american a zărit la colţul străzii o fanfară care se îndrepta spre blocul în care locuia. Dintr-o dată i-a venit o idee năstrușnică. Să le boicoteze muzica. Avea şi cu ce: o trompetă moştenită de la tatăl său la care n-a reuşit să înveţe, în pofida a numeroase încercări, decât 5-6 refrene. A înşfăcat instrumentul şi, de la fereastră, a suflat în trompetă din toţi plămânii. Sunetele distorsionate ale instrumentului le-au acoperit pe cele ale muzicii stradale.

Ca să le demonstreze membrilor fanfarei că nu este lipsit de talent, a cântat şi câteva crâmpeie muzicale. În acest timp a reuşit să filmeze reacţiile instrumentiştilor puşi în dificultate care la început au fost nedumeriţi, apoi intrigaţi. După ce fanfara s-a îndepărtat, lucrurile au reintrat în făgaşul lor normal. *(D.M.)*

Tânăra cu fobie de bărbaţi

Între numeroasele afecţiuni mentale care se traduc prin teama de diverse obiecte, fiinţe, spaţii şi aşa mai departe, se plasează pe un loc deloc neglijabil prin implicaţiile ei şi una despre care aproape nimeni nu cunoaşte mare lucru: teama de bărbaţi. Pentru o femeie, această reacţie, *probabil instinctivă*, reprezintă o adevărată dramă, mai cu seamă dacă persoana lovită de respectiva nenorocire este tânără.

Un asemenea destin este nevoită să înfrunte, fără voia ei, o anume Emily Day, de 26 de ani. Ei bine, pe ea numai gândul de a fi atinsă de un bărbat o îngrozeşte. La simpla vedere a unui reprezentant al masculinităţii se înroşeşte, îi creşte imediat temperatura corpului şi se sufocă.

Emily suferă de ceea ce medicii numesc androfobie – adică frica iraţională faţă de bărbaţi, care poate avea drept consecinţe, dezastruoase în planul sănătăţii fizice, de la greţuri şi ameţeli, până la atacul anxios sever. „Fobia asta mi-a marcat toată viaţa, încă din adolescenţă. La 26 de ani sunt încă virgină. Nu sunt lesbiană, nu mă atrag femeile şi chiar îmi doresc ca într-o zi să mă căsătoresc şi să am copii.", spune Emily, devastată de drama pe care o trăieşte. „Pot să mă uit la poze cu bărbaţi şi să apreciez un bărbat care arată bine, dar când vine vorba să ne întâlnim faţă în faţă, mă panichez. Nu mă tem că mi-ar putea face ceva rău, dar pur şi simplu am o frică iraţională de bărbaţi!"

De obicei, acest gen de comportament este efectul unui abuz petrecut în copilărie, însă nu este cazul lui Emily.

Singura explicaţie pe care a găsit-o ar fi aceea că tatăl ei le-a părăsit pe ea şi pe mama ei pe când fata avea numai 6 ani, însă prima criză a avut-o la 13 ani. De atunci, Emily a făcut progrese. A mers la un medic care i-a explicat în ce constă fobia ei şi, încet, încet, a învăţat să îşi controleze o parte din emoţii. Serviciul pe care îl are o pune în contact direct cu mulţi bărbaţi, lucru foarte important pentru vindecarea ei completă.

„În ultima perioadă am reuşit să ies la câteva întâlniri, însă îmi este imposibil să merg mai departe de un sărut. Să fiu intimă cu un bărbat este mult prea mult pentru mine. Dar sper ca în timp să se rezolve şi problema asta.", mai spune Emily. *(A.N.P.)*

Dispariţia „turnului Babel"

Fără Burj Khalifa, cel mai înalt zgârie-nori din lume, Dubai şi-ar pierde o mare parte din măreţie şi farmec. Acest lucru s-a petrecut în martie a.c., dar nu în urma unei catastrofe ci a unei furtuni violente, care survine uneori în condiţii de caniculă.

Furtuna care a bântuit întregul port al Emiratelor Arabe Unite a format un imens nor încărcat de electricitate din care ţâşneau scântei care, în momentul în care a ajuns în dreptul turnului, l-a învăluit făcându-l nevăzut. După ce norul a trecut, împrejurimile au fost invadate de strigăte de entuziasm şi aplauze.

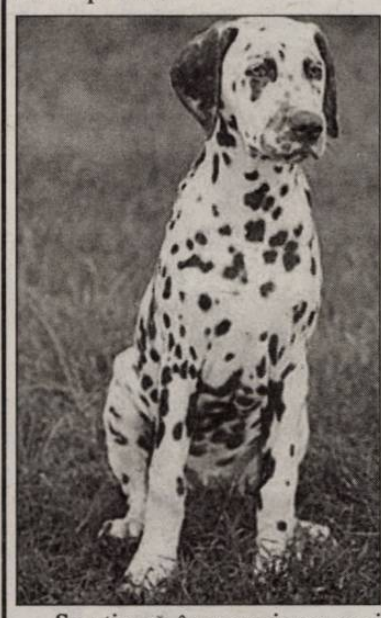
O „soartă" pe care au împărtăşit-o şi alte clădiri înalte. Un spectacol impresionant! Câţiva dintre turiştii puşi pe şotii au postat pe internet proteste de genul: „Vreau să-mi fie rambursaţi banii! Nu am venit în Dubai să-mi petrec vacanţa în bătaia ploilor torenţiale, a grindinei şi a vânturilor dezlănţuite..." (D.M.)

Martor neobişnuit

O soluţie neaşteptată a fost găsită în procesul presupuşilor asasini ai unei văduve bogate, Dominique Aubry, descoperită spânzurată pe iahtul său de pe Neuilly-sur-Seine. Dosarul era teribil de complicat, neexistând alt martor în afară de... câinele dalmaţian al victimei.

Femeia, de 57 de ani, nu manifestase niciun semn de depresie şi oamenii legii au presupus că nu e vorba de o sinucidere, ci de o înscenare având ca scop însuşirea moştenirii de 14 milioane, averea victimei.

Cei bănuiţi au fost doi bărbaţi, apropiaţi ai femeii, în vârstă de 42 şi respectiv 44 ani. Juriul a propus să fie cecrcetat comportamentul câinelui Théo, dalmaţianul doamnei respective.



Se ştie că în apropierea unei persoane care i-a făcut un rău stăpânului său câinele are un comportament specific adulmecând, având o privire fixă şi răutăcioasă, schimbând poziţia corpului şi mai ales a urechilor. Adus la locul dramei, animalul a avut o atitudine temătoare în dreptul scării dar nicio reacţie semnificativă faţă de cei doi.

Procesul durează de câţiva ani, între timp câinele a murit dar unii consideră că emoţia lui la scara iahtului ar fi o reacţie faţă de presupuşii asasini. Această ipoteză nu poate fi luată însă în consideraţie iar avocatul celor doi o consideră de-a dreptul o aberaţie. *(I.S.)*

Nu e circ, dar e real:

FEMEIA CU BARBĂ!

Dacă spaima patologică a unei femei faţă de bărbaţi implică trăirea unui adevărat coşmar şi sfâşierea sufletească a acesteia în confruntarea cu dorinţele naturale absolut raţionale şi justificate, nu mai puţin cumplit este şi ca o reprezentantă a sexului frumos, deşi nu suferă de leziuni psihice, să-i pună pe fugă pe potenţialii parteneri numai din cauza unor detalii ale înfăţişării sale.

Gândiţi-vă numai, domnilor, cum v-aţi simţi dacă v-ar face avansuri făţişe o doamnă înzestrată (cât se poate de nefiresc, desigur) cu o impresionantă barbă!...

Vorbim despre cazul real al englezoaicei Siobhain Fletcher, de 36 de ani, care suferă de sindromul ovarelor polichistice, din care cauză barba şi mustaţa îi cresc la fel ca unui bărbat. Femeia a decis să îşi lase părul facial să crească, pentru a participa astfel la campania de caritate britanică Movember.

Acţiunea cu acest nume încurajează bărbaţii să nu se mai bărbierească, pentru a atrage atenţia asupra problemelor de sănătate ale sexului puternic, mai ales asupra cancerului de prostată. În mod obişnuit, dacă ne putem exprima astfel, începând de la vârsta de 17 ani, Siobhain se bărbiereşte o dată la două zile. Deşi mulţi o confundă cu un bărbat, ea este mândră că poate face acte de caritate folosindu-se de barba şi mustăţile proprii. Femeia a adunat astfel aproximativ 700 de lire sterline pe pagina sa din cadrul campaniei amintite. Aceştia sunt bani, însă preţul afectiv (şi nu numai) pe care îl plăteşte în fiecare clipă a vieţii sale este totuşi unul nemăsurat. *(A.N.P.)*

Monstrul prins în cârlig

Să prinzi cu lanseta un peşte de 40-50 de kilograme şi să-l aduci pe mal sau să-l răstorni în barcă este extrem de dificil. Doar pescarii foarte experimentaţi pot reuşi.

Italianul Yuri Grisendi este unul dintre aceştia. Recenta sa captură îţi taie respiraţia. Este vorba despre un peşte-pisică cu o greutate de peste 100 de kilograme şi o lungime de aproape doi metri. Prins cu lanseta, ceea ce pare imposibil. Nu dintr-un vas de pescuit sportiv, prevăzut cu lansete puternice şi fir gros, fixate în suporturi, în care pescarii sunt legaţi de brâu cu un echipament de securitate, ci dintr-o barcă obişnuită în care se aflau şi doi companioni.

Pescuiau pe râul transalpin Pô, cu o lungime de 650 de kilometri. Unele zone, în care albia se lărgeşte, adâncimile ajungând la câţiva zeci de metri, sunt frecventate de peşti uriaşi. Într-un astfel de loc, lanseta lui Yuri a „tresărit" iar în următoarea secundă s-a încovoiat. A tras cu putere dar firul a rămas înţepenit. Probabil că se agăţase într-o buturugă sau într-o rocă. La un moment dat barca a fost trasă de o forţă care se afla la capătul firului.

O forţă care nu putea fi decât cea a unui peşte uriaş. Din acel moment şi-a mobilizat atenţia, calmul, forţa fizică, dexteritatea pentru a obosi peştele şi a-l aduce spre barcă. După aproximativ o oră, a reuşit. Când peştele a ajuns aproape de barcă, cei trei pescari, cu eforturi uriaşe, l-au capturat. Au tras la mal, au fotografiat peştele, i-au apreciat greutatea şi apoi l-au eliberat. Un peşte care valora o avere, dar care, beneficiind de spiritul ecologist al pescarilor, şi-a recăpătat libertatea... *(D.M.)*

O dramă de război

cu suferinţă şi umilinţe

O adaptare a bestseller-ului despre autobiografia lui Eric Lomax, filmul „The Railway Man" semnat de regizorul Jonathan Teplitzky este o dramă de război, bazată pe fapte reale.

Capturat în anul 1942 de către armata japoneză în Singapore şi transferat apoi într-un lagăr de prizonieri din Kanchanaburi (Thailanda), ofiţerul britanic din Royal Corp of Signais, *Eric Lomax (*întruchipat în anii tinereţii de actorul *Jeremy Irvine,* iar mai apoi de actorul *Colin Firth),* este obligat să muncească, alături de alţi prizonieri de război, la construcţia căii ferate dintre Burma şi Siam dar şi la podul de peste râul Kwai. O poveste adevărată care urmăreşte viaţa fascinantă, plină de durere şi umilinţe a locotenentului Lomax dar şi dorinţa acestuia, după încheierea războiului, de-a se răzbuna pe torţionarul ce l-a chinuit. Fascinat de trenuri şi căi ferate Eric Lomax, care deţinea în baraca unde locuia o hartă detaliată a căii ferate la care lucra, este bănuit de spionaj şi predat poliţiei secrete japoneze. Torturile şi umilinţele încep inutil din cauza unui tânăr translator, ofiţerul japonez *Nagase Takeshi* (rol interpretat, pentru anii când era tânăr, de *Tanroh Ishida, apoi de Hiroyuki Sanada),* care-şi pusese în gând să-l distrugă. Aşa s-a şi întâmplat.

Zeci de ani mai târziu, adult fiind, *Eric Lomax* (Colin Firth, laureatul premiului Oscar pentru interpretarea din The Kingîs Speech) este încă bântuit de trauma psihologică a celor trei ani şi jumătate de muncă forţată în lagărul ce devenise cunoscut sub numele de „Moartea Căilor Ferate", deoarece aici mulţi dintre prizonieri şi-au pierdut viaţa pe timpul construcţiei. Deşi au trecut zeci de ani de la încheierea celui de-al Doilea Război Mondial, scoţianul Eric nu este capabil să depăşească traumele psihice cauzate de ororile la care a fost martor pe câmpul de bătălie, dar mai ales umilinţele şi torturile îndurate în lagăr. Ura faţă de japonezii care i-au provocat asemenea dureri îl măcina şi-i ţine trează amintirea. Dar asta până în ziua în care o întâlneşte pe *Patricia Wallace* (jucată de inegalabila *Nicole Kidman*). Căsătorindu-se în 1983, pentru a doua oară, cu *Patty*, (Kidman), Eric Lomax are şansa de a-şi găsi în ea, alinarea şi sprijinul moral de care avea atâta nevoie pentru a putea trece de spaimele, ura şi stresul posttraumatic.

Scene subtile, adaptare emoţionantă

Povestea de dragoste dintre Eric Lomax şi Patty Wallace, o fostă asistentă pe care o întâlneşte într-o călătorie cu trenul, pare a fi simplă dar, pe parcursul filmului, ne dăm seama cât de greu îi va fi soţiei (Nicole Kidman) să descopere care sunt cauzele stărilor de nelinişte şi violenţă ale soţului său, Eric. Dacă la început primele scene ne lasă a crede că vom vedea o dramă romantică, nu după mult timp, starea de spirit se întunecă. Patty încearcă cu disperare să afle adevărul deoarece el nu a vorbit niciodată cu ea despre ceea ce a suferit. Astfel, ea se vede nevoită a se baza doar pe amintirile colegului lui Eric, un anume *Finlay* (rol jucat de *Stellan Skarsgard*) care, şi el la rându-i, este bântuit de propriii demoni.

Punctul de cotitură al filmului este în momentul în care Finlay descoperă că traducătorul japonez (torţionarul), Nagase (jucat acum de Hiroyuki Sanada pentru a-l arăta mai în vârstă), este încă în viaţă şi lucrează ca ghid turistic. Patty îi scrie o scrisoare lui Nagase, în care îl roagă să se întâlnească, cât mai repede posibil, cu soţul său, pentru a-i fi acordată iertarea.

Impactul războiului asupra vieţii oamenilor

The Railway Man (2013) este o co-producţie Australia/Marea Britanie, cu scenariul scris de Frank Cottrell Boyce şi Andy Paterson care, spre deosebire de alte pelicule unde ne-au fost prezentate multe forme de comportament ale soldaţilor japonezi, ne aduce în prim-plan viaţa de după război a unui om torturat şi umilit. Criticat de unii că nu a respectat finalul cărţii, scenaristul a mărturisit că această perioadă a fost ignorată. „Nu am vrut să auzim poveşti despre înfrângere, de fapt despre capitulare. Nu era momentul potrivit pentru ei. Aceşti oameni au fost atât de traumatizaţi încât nu vorbesc de la sine. Nu au avut niciodată voce". Filmul *The Railway Man,* aflat acum şi pe ecranele noastre, nu este doar un portret de suferinţă. Este vorba despre relaţii, dragoste şi iertare. „Pentru a construi un suspans, filmul sugerează că Eric a mers la întâlnirea stabilită, fiind sigur că aceasta îl va face să se

răzgândească. De asemenea filmul ne lasă să credem că Nagase nu se aştepta a se întâlni cu Lomax" se spune pe site-ul *BBC History Magazine.*

Un film impresionant despre atrocităţile celui de-al Doilea Război Mondial, o poveste adevărată care a adus lacrimi în ochii publicului de la Festivalul de Film de la Toronto ridicându-l în picioare. Un film delicat care, probabil, va atrage mai mult pe cei care „gustă" istoria şi au încă cicatrici emoţionale adânci.

PORTRET

Smaranda Caragea

O actriţă tânără, inventivă şi muncitoare. Angajată a Teatrului de Comedie din Capitală unde joacă alături de mari nume ale teatrului românesc, îşi valorifică calităţile actoriceşti în cât mai multe reprezentaţii, ce-au fost susţinute în alte locaţii: la *Scena* în *Un bărbat şi mai multe femei* şi în Cea mai puternică, *La Clubul Ţăranului Român,* sau la *Centrul Naţional pentru Unesco „Nicolae Bălcescu".*

Roluri diferite prin care *Smaranda Caragea* (născută pe 31 iulie 1985 în Bucureşti), a punctat prospeţimea cuvântului, a interpretării şi, mai mult decât atât, a dorinţei sale de-a cunoaşte şi de-a construi, dincolo de formele frumoase pe care arta ni le aduce aproape. Absolventă în 2008 a Universităţii Naţionale de Artă Teatrală şi Cinematografie – Facultatea de Teatru –, *Smaranda Caragea* îşi construieşte o lume a sa prin rolurile interpretate, căutând mereu ceva nou, prin care să poată ajunge la spectator iar acesta să vibreze.

Ca orice tânăr actor ale cărui porţi spre teatru sunt uneori doar întredeschise, n-a stat prea mult pe gânduri şi a început un curs la un atelier practic de teatru unde cursanţii (oameni simpli) învaţă să rostească un text, iar scopul acestui curs, după cum spune chiar iniţiatoarea, este de „a câştiga măcar un moment de „adevăr" scenic în textele pe care le vom lucra".

Am descoperit în această blândă, firavă şi serioasă actriţă, nu numai o persoană curioasă care năvăleşte cu speranţă şi iubire spre tot ce se numeşte teatru ci şi un profesionist pentru care scena este asumare şi credinţă, ritm şi înflorire, teamă şi bucurie, tăcere şi curiozitate, muncă şi pasiune. Stând departe de lumea dezlănţuită a micilor ecrane, *Smaranda Caragea,* ca multe alte actriţe sau actori tineri, rămâne într-o lumină umbrită de zarva demonilor. Dar uşa succesului se deschide încet, încet... Într-o zi ceata de îngeri visători, care de multe ori ocoleşte adevăratele talente, se va opri pentru a-i deschide larg poarta recunoaşterii.

PRIN GAURA CHEII

Filmări low-cost

Nu numai avioanele low-cost sunt la mare căutare, chiar şi la noi, ci şi filmările low-cost. Asta înseamnă filmări pentru filme cu bugete mici, locuri de filmare unde mâna de lucru să fie ieftină, dar şi spaţiile de filmare. Şi unde sunt filmările low-cost mai bine-venite, dacă nu în România. De aceea ne-am obişnuit să vedem mari staruri de la Hollywood venind să filmeze în ambianţa plăcută şi ieftină de pe la noi. Steven Segal e în Bucureşti să filmeze pentru o producţie intitulată „The Mercenary: Absolution", un film în regia lui Keoni Waxman. Regizorul a mai filmat în România, anul trecut, e vorba despre „A Good Man", în care Steven Segal a jucat acelaşi personaj ca şi în „The Mercenary: Absolution" — Alexander Coates. Pe de altă parte şi Segal a mai filmat în România, e vorba de peliculele „Born to Raise Hell", în regia lui Lauro Chartrand (2009), „Against the Dark", în regia lui Richard Crudo (2008) şi „Attack Force and Shadow Man", în regia lui Richard Crudo (2005). Conform casei de film producătoare, filmările din România pentru „The Mercenary: Absolution" au început pe 17 martie şi vor dura până pe 7 aprilie. Trei săptămâni de foc pentru un film de duzină e arhisuficient. Restul efectelor vor fi adăugate la Hollywood.

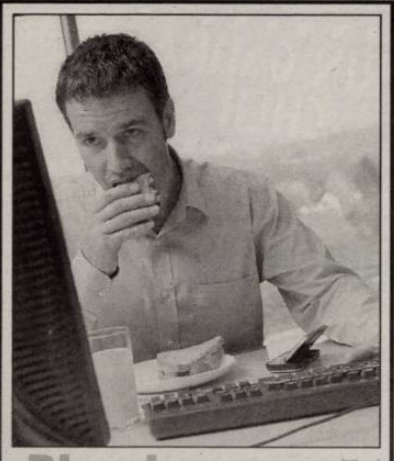
De dragul căsniciei

Ce nu face dragostea din om, şi câte nu e dispus omul să facă pentru dragoste. Iar când e vorba de poveştile de la Hollywood, totul e melodramă. Astfel, aflăm că solistul formaţiei Coldplay, Chris Martin, speră că va putea redescoperi alături de Gwyneth Paltrow dragostea pe care şi-o purtau astfel încât căsnicia lor de 10 ani să poată fi salvată. Adevărul este că de dragul publicităţii, omul face orice. Mai întâi, pe 25 martie Chris a anunţat că s-a despărţit de Gwyneth, dar după două săptămâni şi-a dat seama că ar fi bine să reclădească iubirea. Şi are martori. Unul zicea într-un tabloid, printre lacrimi, că omul o iubeşte încă pe Gwyneth şi şi-ar dori ca această căsnicie să supravieţuiască. „El speră că vor putea descoperi acele lucruri pe care le au în comun şi şi-ar dori ca relaţia lor să fie din nou ca la început", declară martorul citat. Deşi separaţi, cei doi au hotărât să locuiască împreună în reşedinţa pe care o au la Miami, însă în aripi diferite ale clădirii. Avantajul unei clădiri cu două aripi, pentru cine ştie.

Cu nervii la pământ, Gwyneth Paltrow a anunţat recent că a decis să se retragă din viaţa publică pentru următoarele 6 luni, pentru a-şi oferi timpul necesar vindecării după despărţirea de soţul său. Actriţa în vârstă de 41 de ani şi-a propus să renunţe la orice activităţi mondene, la orice activităţi promoţionale şi să nu mai participe la niciun eveniment pe perioada acestei veri, pentru a se putea concentra asupra copiilor săi, Apple (oare cum e să-i dai copilului numele de Măr?), de 9 ani şi Moses, de 7 ani, dar şi pentru a-şi oferi răgaz pentru vindecarea rănilor lăsate după despărţirea de Chris Martin.

Mama, ca orice mamă, a declarat că doreşte să-şi protejeze copiii de trauma de a se întoarce la şcoală în contextul materialelor pe care presa le publică despre despărţirea dintre mama şi tatăl lor. Între timp, tatăl de 37 de ani, ca orice tată, a anunţat că nu mai răspunde niciunei întrebări cu privire la viaţa sa personală în interviurile pe care le va da. Uf, atunci ne-am mai liniştit...

Pagină realizată de
IOANA FLORIA



Biroul ca sursă de îmbolnăvire

Nu vom aborda în stil ironic ideea de a munci cât mai mult, în orice condiţii şi pe bani cât mai puţini, ci ne referim la riscul real reprezentat de obiectele fizice care ne înconjoară într-un birou. Această încăpere cu un anumit specific legat de mobilier şi dotarea cu aparatură, de iluminat ori surse de zgomot, de numărul angajaţilor şi activităţile prestate etc., devine din ce în ce mai neigienică, pe măsură ce tot mai mulţi lucrători mănâncă la locul de muncă (dar cum altfel ar putea să se hrănească pe durata programului de lucru, ne putem întreba noi!). Conform unui studiu, angajaţii care lucrează la birou sunt mai predispuşi la diferite boli. Astfel, de pildă, deşi poate că e foarte greu de crezut, totuşi mouse-ul de la birou are de trei ori mai multe bacterii decât scaunul de toaletă!

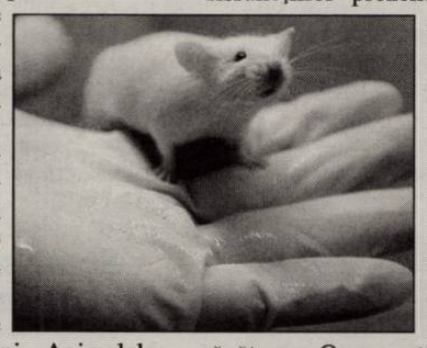
După mouse, tastatura este cel mai neigienic lucru de la birou, potrivit realizatorilor studiului, care au efectuat teste la 150 de diferite lucruri în 40 de birouri diferite. De asemenea, s-a constatat şi că bărbaţii au birourile mai neîngrijite decât femeile. Managerul tehnic al firmei care a realizat studiul a explicat rezultatele acestuia, astfel: „Este de acum de actualitate ca lucrătorii să-şi mănânce prânzul la birou, de cele mai multe ori navigând pe internet sau continuând să scrie la tastatură. Astfel rămân firimituri şi alte resturi de mâncare pe birou, dar în special pe mouse şi pe tastatură, acestea devenind locul ideal pentru ca bacteriile să supravieţuiască şi să se multiplice. În plus, aceste lucruri nu sunt curăţate regulat sau la fel de bine ca alte obiecte din birou."

Eşti Matusalem cu celule stem?

Un vis străvechi al omului, probabil alimentat din subconştient de amintirea pierdută a unei durate de viaţă imense pentru noi, trăitorii în secolul 21, este acela de a-şi prelungi existenţa cât mai mult posibil.

Cu ce avantaje, acesta este un detaliu care suportă numeroase comentarii şi perspective. Să vedem însă altceva: cum pot răspunde serios oamenii de ştiinţă contemporani la întrebarea simplă şi legitimă dacă chiar ar putea ajunge individul uman să viеţuiască sute de ani? Un experiment efectuat de cercetătorii americani a demonstrat că injecţiile cu celule stem pot opri îmbătrânirea, prelungind speranţa de viaţa chiar de până la trei ori! Oamenii de ştiinţă cred că proteinele din celulele stem efectiv deţin cheia „tinereţii fără bătrâneţe" pentru fiinţele umane.

Potrivit cercetătorilor, cobaii supuşi unui astfel de tratament au trăit de trei ori mai mult. Fenomen absolut uluitor, dar, mai mult, potenţat şi de alte amănunte importante: animalele tratate cu celule stem au crescut mai mari şi mai puternice. Specialiştii de la Universitatea din Pittsburgh sunt de părere că studiile viitoare ar putea permite chiar oprirea procesului de îmbătrânire cu totul. Efectele au fost vizibile chiar din stadiul de laborator al cercetărilor, unde celule stem tinere au fost puse alături de celule îmbătrânite prematur. S-a constatat că celulele bolnave s-au comportat mult mai bine după ce au fost puse alături de cele sănătoase.

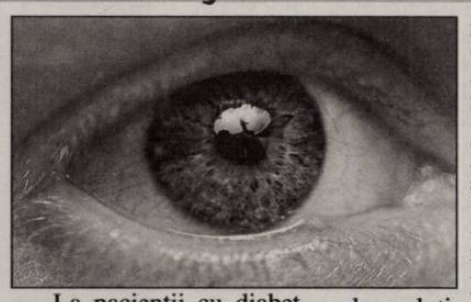


Cercetătorii americani au realizat experimente pe şoareci bolnavi de *progeria*, o boală genetică rară care îmbătrâneşte prematur celulele şi care este întâlnită şi la oameni. Animalele bolnave, tratate cu celule stem de la exemplare tinere, sănătoase, au trăit de trei ori mai mult decât cele netratate. Oamenii de ştiinţă cred că celulele stem sănătoase au corectat anomalia din celulele bolnave.

„Experimentul nostru a arătat că şoarecii bolnavi de progeria, o tulburare de îmbătrânire prematură, au fost mai sănătoşi şi au trăit mai mult după o injecţie cu celule stem de la exemplare tinere şi sănătoase.", a declarat autorul studiului, dr. Laura Niedernhofer. Acest experiment conduce la ideea că celulele sănătoase secretă factori pentru crearea unui mediu care să ajute corectarea disfuncţiilor prezente la populaţia nativă de celule stem. În experiment, celulele stem bolnave de progeria şi-au îmbunătăţit mult funcţiile după ce au fost puse aproape, dar fără să se atingă, de celule stem tinere şi sănătoase. O speranţă ca în viitor să putem deveni cu toţii nişte... Matusalemi? Greu de spus, mai ales că această joacă de-a Dumnezeu este oarecum seducătoare, însă şi extrem de periculoasă prin efectele şi consecinţele ei.

Boli ale ochilor şi asociate ale acestora

Orice cadru medical (şi nu numai aceştia) ştie că o boală anume nu se dezvoltă „autarhic", fără a fi legată de alte afecţiuni, mai mult sau mai puţin evidente. De pildă, deseori, unii pacienţi ajung la oftalmologie trimişi de medici de la alte specializări, iar cel mai întâlnit caz este cel al persoanelor care suferă de diabet. Ce consecinţe are această boală asupra vederii?



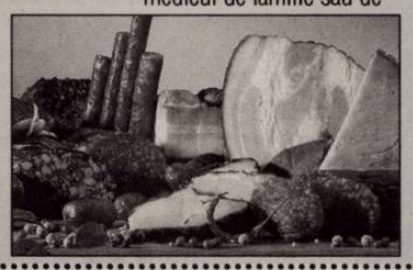
La pacienţii cu diabet pot apărea aşa-zisele cataracte patologice, însă cea mai întâlnită afecţiune la nivel ocular în rândul bolnavilor respectivi este retinopatia diabetică. Vorbim despre o complicaţie a diabetului, care implică mai multe stadii: în primul stadiu de evoluţie apar hemoragii la nivelul ochiului, îngroşări ale retinei, cu scăderea vederii; în acest caz, cel mai în măsură să se ocupe de problemele apărute este specialistul în diabetologie. În stadiul menţionat, este important de echilibrat glicemia.

Totuşi, dacă retinopatia progresează, ajunge proliferativă şi este necesară intervenţia oftalmologului. Pe de altă parte, pacienţii cu retinopatie diabetică dezvoltă frecvent şi afecţiuni cardiovasculare, necesitând consult cardiologic.

Atenţie la igiena cărnii de porc!

Trichineloza (boală generată de consumul cărnii infestate cu larva parazitului *Trichinella spiralis)* provoacă o reacţie marcată de hipersensibilitate locală şi sistemică, cu febră ridicată, dureri de cap, ameţeli, astenie, dureri în masele musculare, dificultate în mers, în masticaţie, în înghiţire, la respiraţie. Caracteristice sunt edemul facial (umflarea feţei) şi în jurul ochilor, precum şi erupţiile urticariene. Câteodată sunt prezente şi cefaleea, tusea, respiraţia sau înghiţirea dificilă. Alteori poate apărea miocardita (inflamaţia muşchiului cardiac), cu tahiaritmii sau insuficienţă cardiacă ori, foarte rar, encefalita sau pneumonia — acestea fiind cauza cea mai frecventă a decesului în trichineloză.

Tratamentul bolii este recomandat numai de medicul de familie sau de medicul specialist, iar ca principale măsuri de prevenire elementare şi la îndemâna consumatorilor, menţionăm: ◆ evitarea consumului de carne şi produse din carne crudă (afumături, salamuri) obţinute din tăieri necontrolate sanitar-veterinar; ◆ creşterea animalelor să fie făcută în condiţii igienice, în ferme şi gospodării, prin deratizări sistematice, strângerea şi incinerarea tuturor cadavrelor de şobolani; ◆ amenajarea şi salubrizarea locurilor de depozitare a gunoaielor menajere; ◆ este obligatorie efectuarea examenului trichineloscopic al cărnii din gospodăria proprie, care se poate face la orice dispensar veterinar, iar rezultatul se eliberează imediat; ◆ verificarea existenţei ştampilelor de control sanitar-veterinar la carnea cumpărată.



Atac la timpane

Problematica destul de acută a efectelor nocive ale zgomotului de nivel ridicat asupra sănătăţii a intrat de mai mulţi ani şi în atenţia forurilor europene. Motivaţia o putem observa aproape la orice pas, în special în mediul urban, unde inclusiv pe stradă vedem tot mai multe persoane efectiv rupte de realitate, deoarece au urechile astupate cu binecunoscutele mini-căşti audio pentru a asculta muzică: de obicei, la volum cât se poate de ridicat.

Comisia Europeană a avertizat cu privire la riscurile pentru sănătate generate de expunerea la zgomotul emis de playerele audio personale şi în general de noile tehnologii. În conformitate cu concluzia Comitetului ştiintific al UE pentru riscurile emergente şi noi (SCENIHIR), utilizarea player-ului audio personal la un volum ridicat şi pentru o perioadă de timp constantă poate duce la afectarea permanentă a sistemului auditiv.

Avizul ştiinţific arată că 5-10% dintre utilizatorii playerelor audio personale riscă pierderea permanentă a auzului, dacă ascultă muzică la un volum ridicat mai mult de o oră pe zi, în fiecare săptămână, pe o perioadă de 5 ani de zile. Având în vedere utilizarea extinsă a acestor aparate de ascultat muzică de către tineri, Comisia Europeană a solicitat comitetelor ştiinţifice independente să examineze această chestiune.

Comisia Europeană va examina în continuare, împreună cu statele membre, posibilele măsuri ce pot fi adoptate pentru a proteja copiii şi adolescenţii de expunerea la zgomotul produs de playerele audio personale sau de alte aparate similare.

PE SCURT, DESPRE sănătatea dumneavoastră

În principiu, orice conducător auto ar trebui să ştie (din proprie experienţă, ceea ce înseamnă şi informare continuă şi responsabilă) că a şofa nu implică doar riscurile unei pene de cauciuc, ale carosabilului lunecos, ale gropilor din asfalt ori – Doamne, fereşte! – ale vreunui impact cu aşa-numiţi parteneri de trafic. De pildă, aerul din interiorul maşinii poate influenţa foarte mult sănătatea omului de la volan. Cum aşa? Să luăm un context deloc liniştitor, însă de un puternic impact (nu fizic, pe şosea, din fericire) asupra modului de a gândi al majorităţii oamenilor.

Să recunoaştem că nu e de mirare că astăzi mor de cancer mai mulţi oameni decât se întâmpla înainte şi ne întrebăm firesc unde se află cauza acestui fenomen trist. Mulţi oameni se află în maşinile lor, de dimineaţa, până seara, 7 zile pe săptămână. Un motiv mai mult decât serios pentru a vă face câteva sugestii, ajungând chiar la idei de modificări pozitive ale comportamentului. Aşadar, deschideţi geamurile pentru un timp, apoi

Maşina, petrolul şi conducătorii auto

intrati in maşină si după câteva minute, porniţi . Conform unor cercetări, tabloul de bord al maşinii, scaunele, tuburile, de fapt toate obiectele din vehiculul dumneavoastră sunt din material plastic şi, expuse la căldura şi la lumina soarelui, emit benzen, o toxină care cauzează cancer. Şi să recunoaştem că nu prea dai importanţă mirosului de plastic încins din maşina ta, pentru că, de obicei, te grăbeşti....

Benzenul cauzează cancer la oase, induce anemie şi reduce numărul celulelor albe din sânge. Expunerea prelungită poate provoca aşadar leucemie şi creşte riscul unor forme de cancer. Aceeaşi substanţă poate provoca, de asemenea, avorturi spontane la femeile gravide. Nivelul acceptat de benzen este de 50 mg în metrul cub de aer. O maşină parcată, într-un spaţiu interior, cu ferestrele închise, va conţine 400-800 mg de benzen, adică de 8 ori nivelul acceptabil. Dacă maşina este parcată în aer liber, în soare, la o temperatură ridicată, nivelul de benzen ajunge până la 2000-4000 mg, de 40 de ori peste limita acceptabilă. Persoanele care intră în maşină, păstrând geamurile închise, în cele din urmă vor inhala cantităţi excesive de toxine.

Benzenul este o toxină care afectează totodată rinichii şi ficatul. Totuşi, mult mai rău, e faptul că este extrem de dificil pentru organism să-i facă faţă. Deci, prieteni, nu uitaţi să deschideţi ferestrele şi uşile maşinii voastre, apoi aşteptaţi un timp, pentru evacuarea prin aerisire a benzenului din interior, înainte să pătrundeţi înăuntru.

Pagini realizate de

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Alimentaţia după postul terapeutic

Adepţii terapiilor blânde, dar şi medicii sunt de acord că postul terapeutic aduce de regulă mari avantaje sănătăţii, începând cu detoxifierea organismului, până la vindecarea unor boli foarte grave.

Deşi poate părea un amănunt relativ minor, marele pericol al posturilor alimentare terapeutice îl constituie reintroducerea prea bruscă a alimentaţiei normale, procedură care, dacă nu este bine stăpânită, poate duce atât la compromiterea întregii acţiuni, cât şi la agravarea stării sănătăţii celui care posteşte. Este adevărat că după primele zile de post apetitul dispare, tot atât de adevărat e şi faptul că, odată cu reînceperea alimentării „normale", apetitul revine în mod violent, impunându-se de aceea ţinerea lui sub control.

În condiţiile semnalate, devine absolut necesară evitarea unor erori, motiv pentru care vă prezentăm mai jos câteva principii ce trebuie respectate.

- Revenirea la alimentaţia normală, după un post de durată medie sau lungă, se va realiza într-o perioadă de timp egală cu durata acestuia, perioadă ce se numeşte „de stingere a postului".
- Trebuie să se evite schemele rigide de realimentare, ele fiind individualizate în funcţie de starea bolnavului şi durata postului, evitându-se categoric lăcomia şi abuzul.
- Pacientul trebuie convins de pericolele ce-l aşteaptă în cazul încălcării regimului alimentar prescris.
- Înainte de reînceperea alimentării obişnuite, se va proceda la dezintoxicarea limbii şi a întregii cavităţi bucale.
- Realimentarea începe încet, cu alimente uşoare şi fără sare.
- Alimentele vor fi ingerate fără grabă, bine mestecate şi impregnate cu salivă, în linişte, calm şi bună dispoziţie; se va căuta să se redescopere gustul lor, se va vizualiza că, odată cu alimentele, în organism pătrunde însăşi sănătatea.
- La început, alimentele vor fi sub formă lichidă, semilichidă sau păstoasă; la posturile cu sucuri este obligatoriu iar pentru celelalte este recomandabil ca, în amintita perioadă „de stingere", să se consume cel puţin o jumătate de ceaşcă cu suc de legume, zilnic, înghiţitură cu înghiţitură.

- Mai întâi se vor asigura circa 60-90 g de proteine şi o cantitate iniţială de circa 1000-1500 calorii pentru 24 de ore, apoi se va creşte treptat.
- Se începe cu alimente lacto-vegetariene, bogate în vitamine şi săruri minerale, apoi se vor creşte treptat cantitatea şi valoarea lor calorică.
- Alimentaţia zilnică se va realiza în 4-6 reprize, în doze mici.
- Lactatele vor fi de preferinţă sub formă de iaurt şi lapte crud sau amestecat cu alte alimente.
- Se vor evita: grăsimile sub orice formă, alimentele iritante pentru mucoasa gastro-intestinală, laptele în exces, cel fiert, produsele din lapte fiert; alimente cu exces de celuloză; alimente care produc fermentaţii intense; alimente cu greutate mare şi putere calorică mică.
- Dacă organismul nu permite realimentarea (adică, de pildă, apar senzaţii de vomă după revenirea la mesele normale), pacientul, fără a intra în panică, va continua postul încă 1-2 zile, după care va reîncepe procesul de realimentare;
- Dacă s-au făcut abuzuri alimentare cantitative sau calitative şi s-au produs dereglări în funcţionarea organismului, se va posti timp de 1-2 zile sau se va reveni, pentru 1-3 zile, la alimentaţia din primele 2 zile ale perioadei „de stingere" a postului.

Respectarea corectă a alimentaţiei în perioada imediat următoare postului terapeutic are o mare importanţă, deoarece, în mod frecvent, cele mai spectaculoase rezultate de vindecare apar abia atunci; dacă însă în această perioadă se comit abuzuri sau erori, există posibilitatea ca rezultatele să nu mai apară.

Un alt fel de tranziţie grea

Trecerea la ora de vară are un impact negativ asupra organismului, potrivit oamenilor de ştiinţă de la Universitatea din Alabama. Specialiştii susţin că predispoziţia la un atac de cord este mai ridicată a doua zi după ce am schimbat ora, respectiv luni (în 2014, tranziţia a avut loc duminică, 30 martie). Potrivit acestora, schimbarea de program nu ne afectează duminică, ţinând cont de faptul că în weekend dormim mai mult, dar luni dimineaţă, când sună ceasul deşteptător şi ştim că începem o nouă săptămână de muncă, organismul nostru se resimte.

Lipsa somnului afectează procesele organismului şi duce la creşterea tensiunii, în acest fel contribuind la apariţia unui infarct. De vină sunt în primul rând oboseala şi perturbarea ritmului circadian. Atunci când trecem la ora de vară, celulele corpului nostru „anticipau", în virtutea obişnuinţei, o oră în plus de somn, pe care nu o vor mai primi. În acest context, stresul va afecta intens organismal, în care va găsi un teren de evoluţie optim. Specialiştii au studiat şi impactul pe care îl are asupra organismului trecerea la ora de iarnă, program pe care il vom adopta în luna octombrie. Astfel, s-a observat că riscul unui infarct se diminuează odată cu trecerea la ora de iarnă. Pentru a ajuta organismul să se obişnuiască cu ora de vară, terapeuţii recomandă ca în zilele libere, sâmbătă şi duminică să ne trezim cu o jumătate de oră mai devreme decât în mod normal.

Este indicat, de asemenea, să mâncăm micul dejun (peste care altfel sărim de multe ori, fără să ne pese de consecinţe), să ne bucurăm câteva minute de razele soarelui de dimineaţă şi să facem puţin sport la scurt timp după ce ne-am trezit. Lucrurile se pare însă că pot sta chiar mult mai rău. Studii anterioare realizate pe acelaşi subiect au arătat că trecerea la orarul de vară poate predispune la cancer la sân, calitatea somnului se deteriorează, iar, din cauza prelungirii zilei, am putea deveni mai uşor irascibili şi ne-am putea îngrăşa.

Săracă inima me!

Când vorbim despre suferinţe afective ori trupeşti, în discuţie intră aproape automat (şi) inima. Şi pe bună dreptate. Inima este cea care pune în mişcare toate celelalte organe, aşadar trebuie sa avem grijă cât mai mult de ea. La modul general vorbind, o inimă sănătoasă se obţine prin alimentaţie sănătoasă şi un stil de viaţă cât mai bun. Urmaţi aceste sfaturi şi vă veţi proteja împotriva unui eventual infarct, dar totodată veţi simţi în fiecare zi mai multă vigoare şi optimism.

Tutunul. Dacă fumaţi, încercaţi sa renunţaţi totuşi la acest obicei nociv, deoarece fumul de ţigară distruge plămânii, tenul, dantura, inima şi nu numai. Mergeţi în localuri unde nu se fumează, sau măcar alegeţi salonul de nefumători. Dacă partenerul fumează rugaţi-l să o facă doar afară, pentru ca să nu mai inhalaţi fumul ucigaş şi cei din jur, fie ei copii, adulţi, vârstnici, oricum, nefumători. Se ştie că şi fumatul pasiv dăunează, aşa că staţi cât mai departe de fumul ţigărilor.

Hidrataţi-vă! Este recomandat să bem cel puţin 2 litri de apă pe zi, şi asta nu fără argumente solide. Corpul nostru, ca oricare organism viu, are nevoie de apă pentru a supravieţui. Aceasta „diluează" sângele şi evită formarea cheagurilor care pot fi foarte nocive pentru organismul nostru.

Activităţile fizice. Obişnuiţi-vă corpul să facă mişcare în fiecare zi, pentru a avea o inimă cât mai sănătoasă. 30 de minute foarte active, zilnic, de cel puţin 3 ori pe săptămână, scad riscul unui infarct cu până la 60%. Pentru cine îşi poate permite aceasta, se recomandă mersul la cea mai apropiată sală de sport, pentru aerobic, tae-bo, kangoo jumps şi alte asemenea tipuri de mişcare pentru o viaţă mai lungă.

Atenţie la masa corporală! Încercaţi să slăbiţi 5-8 kg, în special dacă aveţi probleme de greutate. Veţi reuşi acest lucru doar cu ajutorul unei diete, al unui stil de viaţă sănătos şi prin practicarea unui sport. După ce aţi slăbit, nu reveniţi la obiceiurile de dinainte, deoarece vă veţi îngrăşa, poate chiar mai mult decât la început. Adoptaţi o dietă sănătoasă şi încercaţi să o respectaţi.

Peşte şi friptură... Peştele gras (somon, tonul etc.) conţine foarte multe grăsimi „bune", necesare organismului nostru pentru a funcţiona corespunzător. Acizii graşi omega-3 trebuie introduşi în alimentaţie de 3 ori pe săptămână, pentru a scădea riscul unui infarct (în medie, cu 30%). De asemenea, o friptură de vită nu are cum să dăuneze, aşa că profitaţi de orice ocazie şi schimbaţi carnea de porc cu cea de vită. Gătită corect, aceasta poate deveni foarte fragedă şi gustoasă; în plus, conţine grăsimi mononesaturate, bune pentru o inimă cât mai sănătoasă.

Remedii naturale

Tare ca fierul...

Multă lume cunoaşte celebrul personaj de desene animate, Popeye Marinarul, care îşi zdrobeşte adversarii imediat ce consumă (nu e prea clar de ce numai atunci când se află la ananghie) câte o cutie cu spanac conservat.

Chiar dacă filmele animate vor fi fost făcute în primul rând ca reclamă pentru respectivul produs alimentar ambalat, ele au dobândit o mare notorietate, impunând ideea că dacă mănânci mult spanac eşti „tare ca fierul", întocmai ca în cântecele noastre de sorcovă! Intervine aici o mică eroare, dar ea este scuzabilă, după cum vom vedea.

Să mai adăugăm acum câteva detalii importante: calităţile curative ale spanacului se cunoşteau încă din cele mai vechi timpuri, el fiind numit şi „mătura intestinelor", deoarece reprezintă, se spune, cel mai eficace mijloc natural pentru curăţirea şi regenerarea sistemului digestiv. Principalii constituenţi ai spanacului sunt: săruri minerale (sodiu, potasiu, calciu, fosfor, magneziu, sulf, mangan, zinc, cupru, iod, fier), vitamine (A, B1, B2, B12, PP, C), clorofilă, aminoacizi, lipide, protide, glucide, mucilagii.

Credeaţi că am uitat fierul? Ei bine, tocmai aici se află micul „vicleşug" al Marinarului, deoarece spanacul nu e tocmai o sursă suprasaturată de fier. Conţinutul acestuia se situează la o cotă medie (2-5 mg la 100 g de plantă) şi nu deosebit de mare, existând alte legume mult mai bogate în fier şi cu influenţă pozitivă în anemii mai puternică. Spanacul rămâne totuşi valoros prin celelalte componente ale sale. De pildă, este bogat în substanţe nutritive, furnizând aproape jumătate din necesarul zilnic de vitamina A al unui adult, doar prin consumul unei cesti. De asemenea, o salată de spanac oferă unei persoane o cantitate importantă de vitamine şi minerale. O porţie conţine 158 calorii şi 0.5 grăsimi saturate, fără colesterol. Salata oferă, în plus, 4 grame de fibre şi 4 grame de proteine. Pe lângă acestea, o porţie de spanac asigură 14% din necesarul zilnic de vitamina C, importantă pentru o stare optimă de sănătate. Prin consumul de spanac, o persoană poate acumula fier, calciu, acid folic, vitamina K şi fibre.

Iată care sunt şi principalele proprietăţi ale spanacului: ● este un întăritor al sistemului imunitar; ● nutritiv şi tonifiant; ● combate scorbutul (cauzat de lipsa vitaminei C din organism); ● remineralizant de mare valoare; ● curăţitor al tubului digestiv (retrăgând toxinele din masa umorilor şi favorizând eliminarea lor); ● tonifică miocardul şi stimulează activitatea inimii; ● creşte cantitatea de urină eliminată; ● stimulează secreţiile gastrice, pancreatice şi biliare; ● stimulează creşterea; ● provoacă eliminarea viermilor intestinali; ● previne infecţia gingiilor.

Datorită tuturor proprietăţilor sale, spanacul este recomandat nu numai pentru fortifierea organismului şi pentru curăţirea lui, ci şi în convalescenţă, anemie, astenie fizică şi nervoasă, senescenţă, afecţiuni cardiace, hipertensiune arterială, vâscozitate sangvină crescută, afecţiuni renale, atonia vezicii urinare, cistită, diabet, gută, insuficienţă renală, rahitism, obezitate, prostatită.

Extern, se recomandă în acnee, abces, psoriazis, arsuri, pecingini, plăgi atone. Pe lângă toate acestea, să mai remarcăm că spanacul oferă o protecţie importantă împotriva apariţiei cancerului de prostată, osteoporozei, aterosclerozei şi hipertensiunii arteriale.

Izvor verde de energie

Vorbim despre o legumă frecvent consumată şi la noi, însă care nu este doar un aliment savuros, ci are şi numeroase calităţi terapeutice, datorită conţinutului său. Mazărea este bogată în proteine, glucide şi săruri minerale, dar mai ales în substanţe azotoase. În plus, ea conţine multe vitamine, cele mai întâlnite fiind vitaminele A, B1, B2 şi C. Betacarotenul din mazăre, împreună cu vitamina C, contribuie la lupta pentru prevenirea cancerului sau chiar în timpul tratamentelor chimioterapeutice.

Mazărea conţine şi mult potasiu, substanţă foarte importantă în afecţiunile inimii, care ajută la curăţirea aparatului digestiv şi fortifică celula nervoasă. Din păcate însă ea nu este recomandată celor care suferă de gută. Mazărea are în compoziţie şi cantităţi mari de fibre, ceea ce o face utilă în curăţarea intestinelor. În plus, mai conţine şi luteină, substanţă benefică pentru sănătatea ochilor. În acelaşi timp, datorită conţinutului de fier ea este eficientă în anemie şi, de asemenea, combate oboseala şi contribuie la întărirea sistemului imunitar. Nu în ultimul rând, mazărea ajută şi la stabilizarea nivelului de zahăr din sânge.

LUNI – 7 aprilie

TVR 1

6.00 Telejurnal matinal 9.00 Serial: „Legendele palatului: Legenda cavalerului rătăcitor și a frumoasei Rază-de-Lună" 10.30 Ultima ediție (r) 11.25 Profesioniștii (r) 12.30 În grădina Danei (r) 13.00 Germana... la 1 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 16.50 Serial: „Legendele palatului: Zeul războiului" 18.10 Vreau să fiu sănătos! 18.50 În linia întâi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Între bine și rău 22.30 Biziday 22.30 Biziday 0.00 Nocturne 1.00-4.50 Reluări.

PRO TV

7.00 Știrile ProTv 10.00 România, te iubesc! (r) 11.00 Film: „Bărbații în negru II" (r) 13.00 Știrile ProTv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „O noapte la muzeu" (r) 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Schimb de prizonieri" (SUA, 2006). Cu: Laurence Fishburne, Paul Walker 22.30 Știrile ProTv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00-5.30 Reluări.

antena 1

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Cooking-show: Junior Chef 22.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Serial: „Nikita" 3.30 Observator special (r) 4.00 Acces direct (r).

PRIMA TV

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Epic Show (r) 13.00 Știrile Prima TV 13.30 Teleshopping 14.00 Știrile Times New Roman (r) 14.30 Răzi și câștigi (r). 15.00 Click! (r) 16.00 Trăsniții 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 112 — Poliția în acțiune 21.30 Imagini incredibile din lume 22.30 Click! 23.30-4.30 Reluări 5.30 Serial: „Frumoasa Ceci". Cu: Manuela Gonzalez 6.00-6.30 Reluări.

acasa

6.15-8.45 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.00-14.30 Reluări 15.30 Serial: „Abisul pasiunii". Cu: Mark Tacher 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „O nouă viață" 21.30 Serial: „Regina" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Dincolo de povestiri 0.00-5.15 Reluări.

TVR 2

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Cap compas (r) 8.00 Serial: „Legendele palatului: doi bărbați pentru o soartă" 9.10 Documentar 360º — GEO (r) 10.10 Top cultura (r) 12.00 Lumea azi (r) 12.30 Natură și sănătate (r) 13.00 Vara magică 14.00 Drumul succesului (r) 14.30 Cultura minorităților 15.00 Rezistența prin cultură 16.00 Serial: „Black Harbour" 17.00 Deportații 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO: Grădina din Java 20.10 Teatru: „Insecte" după Capek 22.00 Ora de știri 23.10 Filmul de artă: „Excentricitățile unei blonde" (coprod, 2009). Cu: Ricardo Trêpa, Catarina Wallenstein 0.20-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

9.00-10.30 Reluări 11.30 Serial: „Aventurile lui Jackie Chan" 12.00 La Măruță 14.30 Promotor (r) 15.00 Serial: „Smallville" 16.00 Serial: „Dilemele vârstei" 17.00 Serial: „Paul Reiser Show" 17.30 Filmele și vedetele anului 2013 18.45 Serial: „Smallville" 19.50 Serial: „La Bloc" 21.00 Serial: „Prietenii tăi" 22.00 Film: „Întreabă-i pe copii" (SUA, 2001). Cu: Virginia Madsen 0.00 Serial: „Dispăruți" 1.30 Serial: „Experimentul Gemini" (ep.1, 2) 1.45-4.00 Reluări 5.00 Lumea pro Cinema 5.30 Cine A.M.

MARȚI – 8 aprilie

6.00 Telejurnal matinal 9.00 Serial: „Legendele palatului: Legenda cavalerului rătăcitor și a frumoasei Rază-de-Lună" 10.20 KILE te omoară cu zile! 10.30 Biziday (r) 11.30 Nocturne (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 EURO polis 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 16.50 Serial: „Legendele palatului: Zeul războiului" 18.10 Interes general 18.50 În linia întâi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Studio fotbal UEFA Champions League 21.40 Fotbal: Sferturi de finala. Meci retur 23.50 Rezumat UEFA Champions League 0.40-1.30 Reluări 2.00 Revizie tehnică.

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Rudy" (SUA, 1994) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Misterul văduvei negre" (SUA, 1993). Cu: Elizabeth Montgomery 17.00 Știrile Pro Tv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 MasterChef 22.30 Știrile Pro Tv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Film: „Furios și iute" (SUA, 2001). Cu: Vin Diesel, Paul Walker 22.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Film: „Furios și iute" (r) 4.00 Acces direct (r).

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Imagini incredibile din lume (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Știrile Times New Roman 14.30 Răzi și câștigi (r) 15.00 Click! (r) 16.00 Trăsniții (r) 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Film: „Catwoman" (SUA, 2004). Cu: Halle Berry, Sharon Stone 22.30 Click! 23.30-4.30 Reluări 5.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 6.00-6.30 Reluări.

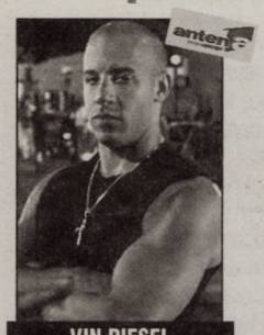
6.15 Doctorul casei (r) 7.15 Serial: „Abisul pasiunii" (r) 8.15 Povești adevărate (r) 9.15 Teleshopping 9.45-13.30 Reluări 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „O nouă viață" 21.30 Serial „Regina" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Engaged and Underaged 0.00-5.15 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.30 Magazin UEFA Champions League 2013-2014 (r) 8.00 Serial: „Legendele palatului: doi bărbați pentru o soartă" 9.10 Documentar 360º — GEO (r) 10.10 Mistere și conspirații (r) 11.10 Tealru (r) 13.00 Vară magică 14.00 Cap compas (r) 14.30 Cultura minorităților 15.00 Memorialul Durerii (r) 16.00 Serial: „Black Harbour" 17.00 Televiziunea, dragostea mea 18.10 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO: Ierusalim în zori 20.10 Destine ca-n filme 21.10 Om cu carte 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „Împotriva sorții" 0.10 Serial: „În umbra legii" 1.00-6.00 Reluări.

9.00-10.30 Reluări 11.00 Serial: „Aventurile lui Jackie Chan" 11.30 Serial: „Smallville" (r) 12.30 La Măruță 14.00 Lumea Pro Cinema 14.45 „Serial: „Dilemele vârstei" 15.45 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 16.45 Serial: „La Bloc" (r) 17.45 Serial: „Prietenii tăi" (r) 18.45 Serial: „Smallville" 19.50 Serial: „La Bloc" 21.00 Serial: „Prietenii tăi" 22.00 Film: „Cu puțin ajutor" (SUA, 2010). Cu: Jenna Fischer, Jay Klaitz 0.00 Serial: „Dispăruți" 1.00 Serial: „Experimentul Gemini" 1.45 Serial: „Negustorul de pietre prețioase" 3.45-4.30 Reluări 5.15 Lumea Pro Cinema 5.45 Cine A.M.

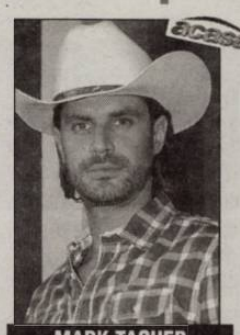
JEREMY SISTO
— vineri, 0.10 —

ELIZABETH MONTGOMERY
— marți, 15.00 —



VIN DIESEL
— marți, 20.30 —

MANUELA GONZALEZ
— luni-vineri, 5.30 —



MARK TACHER
— luni-duminică, 15.30 —

HELEN MIRREN
— sâmbătă, 20.10 —

DEAN CAIN
— joi, 22.00 —

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 10 aprilie

6.00 Telejurnal matinal 9.00 Serial: „Legendele palatului: Legenda cavalerului rătăcitor și a frumoasei Rază-de-Lună" 10.30 Biziday (r) 11.30 Exclusiv în România (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 De joi până joi 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Akzente 16.50 Serial: „Legendele palatului: Zeul războiului" 18.10 Lozul cel mare 18.50 În linia întâi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Joi la 9 22.30 Biziday 23.30 Mașini, teste și verdicte 0.00 Serial: „Uimitorul Jake" (ultimul ep.) 0.30-4.50 Reluări.

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 10.45 Film: „Secretul lui Nemesis" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Vulcanul din mlaștină" (SUA, 2011) 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Las Fierbinți 21.30 Serial: „Altă săptămână nebună" 22.30 Știrile Pro Tv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00 Serial: „Spion pe cont propriu" 1.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Next Star cu Dan Negru 23.00 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Film: „Cartea groazei" (SUA, 2007). Cu: Emily Osment, Alex Winzenread 3.30-4.00 Reluări.

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Historia.ro (r) 13.00 Cafeneaua Dilema Veche (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Răzi și câștigi (r) 15.00 Click! (r) 16.00 Trăsniții (r) 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Film: „Poliția în direct" (coprod., 2002). Cu: Robert De Niro 22.30 Click! 23.30-4.30 Reluări 5.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 6.00-6.30 Reluări.

6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.00 Serial: „Cununa de lacrimi" (r) 12.00 Serial: „Santa diabla" (r) 13.30 Serial: „O nouă viață" (r) 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „O nouă viață" 21.30 Serial „Regina" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Engaged and Underaged 0.00-5.15 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Drumul succesului (r) 8.00 Serial: „Legendele palatului: doi bărbați pentru o soartă" 9.10 Documentar 360º — GEO (r) 10.10 Academicienii (r) 11.10 De la Dinescu... citire ! (r) 12.30 Festivalul Național de Teatru — Ediția 2013 (r) 13.00 Vara magică 14.00 Pescar hoinar (r) 14.30 Cultura minorităților 15.00 D'ale lu' Mitică (r) 16.00 Serial: „Black Harbour" 17.00 Televiziunea, dragostea mea 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO: Atacama — viața în pustiu 20.10 Telecinemateca: „Destry" (SUA, 1939). Cu: James Stewart, Marlene Dietrich 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „Împotriva sorții" 0.10 Serial: „În umbra legii" 1.00-6.00 Reluări.

8.30-9.00 Reluări 10.00 Serial: „Aventurile lui Jackie Chan" 10.30-11.30 Reluări 12.30 La Măruță 14.00 Lumea Pro Cinema 14.45 Serial: „Dilemele vârstei" 15.45 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 16.45 Serial: „La Bloc" (r) 17.45 Serial: „Prietenii tăi" (r) 18.45 Serial: „Smallville" 19.50 Serial: „La Bloc" 21.00 Serial: „Prietenii tăi" 22.00 Film: „După impact" (SUA, 2004). Cu: Dean Cain, Bettina Zimmermann 0.00 Serial: „Dispăruți" 1.00 Serial: „Experimentul Gemini" 1.45-4.15 Reluări 5.30 Lumea Pro Cinema 6.00 Cine A.M.

VINERI – 11 aprilie

6.00 Telejurnal matinal 9.00 Serial: „Legendele palatului: Legenda cavalerului rătăcitor și a frumoasei Rază-de-Lună" 10.30 Biziday (r) 11.30 Politică și delicatețuri (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Beneficiar România (r) 13.30 M.A.I. aproape de tine 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Oameni ca noi 16.00 Parlamentul României 17.30 Serial: „Legendele palatului: Zeul războiului" 18.10 Finanțe și afaceri 18.50 În linia întâi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viață 0.10 Film: „Destine frânte" (SUA, 2006). Cu: Heather Graham, Jeremy Sisto 1.50 Film: „Interviu" (coprod., 2007) 3.10-4.50 Reluări.

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Vulcanul din mlaștină" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 13.45 MasterChef (r) 16.00 La Măruță 17.00 Știrile Pro Tv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Românii au talent 0.15 Film: „Anamorfoza" (SUA, 2007). Cu: Lou Willem Dafoe, Scott Speedman 2.15 Știrile Pro Tv (r) 3.45 Film: „Anamorfoza" (r) 4.30 Ce se întâmplă, doctore? (r) 5.00 La Măruță (r).

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Întâmplări hazlii 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Fotbal Liga 1: Steaua Vs Vaslui 22.30 Film: „Inamicul invizibil" (SUA, 2007). Cu: Steven Seagal, Steve Toussaint 0.30-3.45 Reluări.

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 În fața presei (r) 13.30 Teleshopping 14.00 T3CH IN 3 (r) 14.30 Răzi și câștigi (r) 15.00 Click! (r) 15.30 Trăsniții (r) 16.00 Trăsniții (r) 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Cronica Cârcotașilor 22.30 Click! 23.30-4.30 Reluări 5.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 6.00-6.30 Reluări.

6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.00 Serial: „Cununa de lacrimi" (r) 12.00 Serial: „Santa diabla" (r) 13.30 Serial: „O nouă viață" (r) 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „O nouă viață" 21.30 Serial „Regina" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Engaged and Underaged 0.00-5.15 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 5 x 5 minute de istorie (r) 8.00 Serial: „Legendele palatului: doi bărbați pentru o soartă" 9.10 Documentar (r) 10.10 Om cu carte (r) 11.10 Rezistența prin cultură (r) 12.10 Mistere și conspirații (r) 13.00 Vara magică 14.00 Natură și sănătate (r) 14.30 Cultura minorităților 15.00 Jurnal de front (r) 16.00 Serial: „Black Harbour" 17.00 Televiziunea, dragostea mea 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360º — GEO: Pescarii de crabi din țara de Foc 20.10 Film: „Iartă-mă, dar vreau să ne căsătorim" (Italia, 2010). Cu: Raoul Bova, Michela Quattrochiocche 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „Împotriva sorții" 0.10 Serial: „În umbra legii" 0.55-6.00 Reluări.

8.30-9.00 Reluări 10.00 Serial: „Aventurile lui Jackie Chan" 10.30-11.30 Reluări 12.30 La Măruță 14.00 Acasa în bucătărie 15.00 Serial: „Paul Reiser Show" 16.00 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 17.00-18.00 Reluări 19.00 Serial: „Smallville" 20.00 Film: „Zidul secretelor" (coprod., 2003). Cu: Nicole Eggert 22.00 Serviciul Român de Comedie 23.30 Film: „Viața mea sexuală" (România, 2010) 1.30 Serial: „Micuțele mincinoase" 2.15 Film: „Răzbunare în ring" (SUA, 2010) 4.30 Lumea Pro Cinema 5.00 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 12 aprilie

6.00 Sport plus (r) 7.00 O dată-n viață (r) 10.00 Beneficiar România 10.30 Mașini, teste și verdicte (r) 11.00 Gala umorului (r) 12.00 Tezaur folcloric (r) 13.00 Ora regelui 14.00 Telejurnal 14.35 37ºC 16.00 Fotbal: CS Universitatea Craiova — CS Mioveni 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Gala umorului 22.10 Profesioniștii 23.20 Film: „Închisoarea îngerilor" (SUA, 1994). Cu: Tim Robbins, Morgan Freeman 1.35-4.35 Reluări.

6.00 Serial: „Dora descoperă lumea" 7.00 Știrile Pro Tv 10.00 I like IT 10.30 Serial: „Maeștrii iluzionismului" 11.00 Film: „Vestul vesel" (SUA, 1994) 13.00 Știrile Pro Tv 13.05 Film: „Invincibilul" (SUA, 1996) 15.00 Românii au talent (r)19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Regatul cerului" (coprod., 2005). Cu: Martin Hancock, Michael Sheen 23.30 Film: „Vântul groazei" (coprod., 2007) 1.15-5.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Film: Titanic" (SUA, 1996). Cu: Catherine Zeta-Jones 11.00 Burlacul 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 Te cunosc de undeva 23.45 Film: „Tornada" (SUA, 1996). Cu: Helen Hunt, Bill Paxton 2.15 Serial: „Dallas" 3.30 Film: „Titanic" (r) 5.10 Întâmplări hazlii.

7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniții (r) 9.30 Casa: construcție și design 10.00 Teleshopping 10.30 Secrete de Stil 11.00 Levintza prezintă 11.30 Click! Poftă bună! 12.00 T3CH IN 3 12.30 Răzi și câștigi (r) 13.00 Vrei să fii milionar? (r) 15.00 Imagini incredibile din lume (r) 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Știrile Times New Roman 20.30 Vrei să fii milionar? 21.30 Mondenii 23.30 Epic Show 0.30 Film: „Întoarcerea la Brindeshead" (Anglia, 2008). Cu: Matthew Goode 2.30-6.30 Reluări.

6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimi" (r) 10.45 Teleshopping 11.00 Serial: „Cununa de lacrimi" (r) 12.00 Serial: „Santa diabla" (r) 13.00 Teleshopping 13.30 Doctorul casei (r) 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „Regina" 22.30 Serial: „Forța destinului" 0.00-5.15 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.30 Ferma (r) 8.30 Serial: „Călători în lumi paralele" 9.30 Cap compas 10.00 Drumul succesului 10.30 5 x 5 minute de istorie 11.00 Rugby: CSA Steaua — RCMUV Timișoara 13.00 Popasuri folclorice 14.10 Top cultura 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Mistere și conspirații 18.00 Telejurnal 18.30 Lumea azi 19.00 Jurnal de front 20.10 Filmul de Oscar: „Gosford Park" (M. Britanie, 2001). Cu: Helen Mirren 22.30 Film: „Jurnalul unui iubitor de rom" (SUA, 2011). Cu: Johnny Depp 0.25 Film: „Șoimul moare" (SUA, 2006). Cu: Paul Giamatti 2.10-6.00 Reluări.

7.30-11.00 Reluări 12.30 La Măruță 15.00 Serial: „Paul Reiser Show" 16.00 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 17.00 Film: „Zidul secretelor" (r) 19.00 Serial: „Smallville" 20.00 Film: „Regele din California" (SUA, 2007). Cu: Michael Douglas, Evan Rachel Wood 22.15 Film: „Vicky Cristina Barcelona" (SUA, 2008). Cu: Scarlett Johansson 0.15 Serial: „Dispăruți" 1.15 Serial: „Micuțele mincinoase" 2.00 Film: „Vicky Cristina Barcelona" (r) 3.45 Serial: „Micuțele mincinoase" (r) 4.30 Lumea Pro Cinema 5.00 Cine A.M.

DUMINICĂ – 13 aprilie

6.00 Teleenciclopedia (r) 6.55 Zestrea românilor 7.30 Universul credinței 9.30 Pro patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului (I) 11.50 Minutul de agricultură 12.00 Viața satului (II) 13.00 Ultima ediție 14.00 Telejurnal 14.30 Politică și delicatețuri cu Mircea Dinescu 15.30 Tezaur folcloric 16.30 Drumul spre Brazilia (r) 17.00 Sport plus 18.00 Lozul cel mare 18.30 Oameni care au schimbat Lumea 18.40 Ecce via — Aceasta este Calea! 18.50 Gala umorului (r) 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Eliminați-l pe Charley Varrick" (SUA, 1973). Cu: Walter Matthau 23.05 Ecce via — Aceasta este Calea! 23.15 Garantat 100% 0.10-4.35 Reluări.

6.00 Serial: „Dora descoperă lumea" 7.00 Știrile Pro Tv 10.00 După 20 de ani 11.00 Film: „Invincibilul" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 13.30 Apropo tv 14.00 Film: „Țicniții" (Italia, 1999). Cu: Mel Brooks 16.00 Film: „Dennis pericol public 2" (SUA, 1998). Cu: Justin Cooper 18.00 România, te iubesc! 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Echipa de șoc" (SUA, 2010). Cu: Liam Neeson 23.00 Film: „Casa de sticlă" (SUA, 2001) 1.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Serial: „Hercule" 10.00 Te cunosc de undeva (r) 13.00 Observator 13.30 Next Star (r) 16.00 Observator 16.15 SuperBingo Metropolis 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 România Dansează 23.00 Serviciul Român de Comedie: Happy Show (r) 0.30 Film: „Peripețiile colegiu" (SUA, 1978). Cu: John Belushi, Kevin Bacon 2.30 Observator (r) 3.15 Film: „Peripețiile colegiu" (r) 5.10 În puii mei (r).

7.00 Teleshopping 7.30 T3CH IN 3 (r) 8.00 Click! Poftă bună! (r) 8.30 Eurobox 9.00 Ora 9 a României 10.00 Teleshopping 10.30 Historia.ro 11.00 Cafeneaua Dilema Veche 11.30 În fața presei 12.30 Răzi și câștigi (r) 13.00 Epic Show (r) 14.00 Mondenii (r) 16.00 Cronica Cârcotașilor (r) 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi (r) 20.00 Știrile Times New Roman 20.30 Vrei să fii milionar? 21.30 Schimb de mame 23.30 Cireașa de pe tort 0.30-6.30 Reluări.

6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.00 Serial: „Cununa de lacrimi" (r) 12.00 Serial: „Santa diabla" (r) 13.00 Dincolo de povestiri (r) 13.30 Doamne de poveste (r) 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Doctorul casei 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „Regina" 22.30 Serial „Forța destinului" 0.00-5.30 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Cap compas (r) 8.00 Popasuri folclorice (r) 9.00 Ferma 9.55 Florii la Săpânța 10.10 În curtea bunicilor 12.00 Serial: „Ochii care nu se văd" 13.00 Pescar hoinar 13.30 Natură și sănătate 14.10 Vin Floriile cu soare: Folclor 16.00 Omul cu chitara 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Telejurnal 18.30 Magazin UEFA Champions League 2013-2014 (r) 19.00 Academicienii 20.10 Film: „Ștefan Luchian" (România, 1981). Cu: Ion Caramitru, Maria Ploae 22.00 Serial: „Lumini și umbre" 23.00-6.00 Reluări.

8.45 Descoperă România (r) 9.15 Promotor 10.15-13.15 Reluări 14.15 Lumea Pro Cinema 15.00 Film d.a.: „Final Fantasy VII: Răzbunarea copiilor" (SUA, 2005) 17.00 Serial: „Paul Reiser Show" 18.00 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 19.00 Serial: „Smallville" 20.00 Film: „Ușuraticul" (coprod., 2001). Cu: Gwyneth Paltrow 22.00 Film: „Action Jackson" (SUA, 1988). Cu: Carl Weathers 0.00 Serial: „Dispărută" 1.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 1.45-4.00 Reluări 4.45 Lumea Pro Cinema 5.15 Cine A.M.

Împletituri

Integramă de **M. ALBU**

ZEAMĂ CU BORȘ / FRIZURĂ		A CURĂȚA RUFELE / COADĂ DE GUȘTER!		RĂSPUNS AFIRMATIV / ÎN MATRIȚĂ!		CUB CU PUNCTE / VIDUL FILOZOFIC		VITEZĂ MARE / LIPSIT DE STRĂLUCIRE		TOVARĂȘ CU TÂNDALĂ / CUTĂ PE FAȚĂ
PROGRAMUL ȘCOLARULUI / PERE!					ARS PE RUG / FOSĂ NAZALĂ					
		DOMOALĂ / APĂRĂ PATRIA					A RESTITUI / ANOTIMPUL RECE			
ȘARPE MARE TROPICAL / SE MIȘCĂ PE MĂRE				A PUNE ÎN CUIE / A MUNCI CU PLUGUL						LUBRIFIANȚI PENTRU MAȘINI
			MĂIESTRIE / PREFIXUL OPOZIȚIEI					A-ȘI ÎNSUȘI UN BUN / CERE RELUAREA		
	STAT PE GLOB / A ACCEPTA SCUZELE					BAN DIN IRAN / A ÎNSUFLEȚI PETRECEREA				A CURĂȚA SCAMELE
					A ZIDIT-O MANOLE / ÎN ACEST FEL				ÎN SEPT! / ARIPI DE HUHUREZ!	
FUNIA LUI TARZAN / RĂSĂRIT / MERE!				STARE DE HAOS / JUMĂTATEA LUI ADAM						
		A PLECA ÎN ORAȘ / ÎN BAIE!					SENINUL CERULUI / DĂNSUL			
ÎN ATAC! / CREDULĂ ȘI SINCERĂ			CONTROLOR LA GRANIȚĂ						ULTIMELE LA SAFARI!	
					A SE AȘEZA LA RÂND					

Șfaturi practice

FREZIA

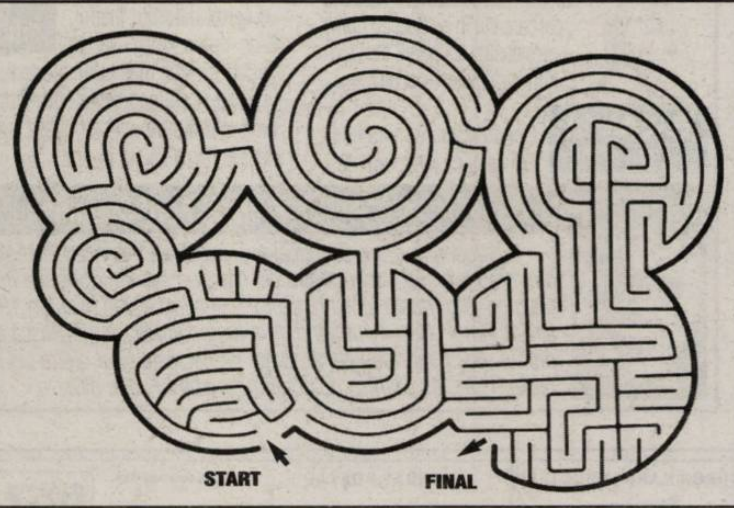
Sunt plante erbacee, perene, care se dezvoltă din tuberobulbi, cu înveliș pergamentos. Rădăcinile subțiri pătrund adânc în sol. Pe tulpina care poate ajunge la o lungime de 40 cm sunt dispuse frunze, pe două rânduri, lungi și subțiri. Florile sunt grupate în inflorescențe delicate, colorate în diverse nuanțe pale al căror parfum este asemănător cu cel al iasomiei. Sunt plante de grădină iar în scop comercial sunt cultivate în sere.

Pot fi plantate și în ghivece, în casă, la sfârșitul verii, într-un sol hrănitor și afânat. Ghivecele se plasează într-un loc luminos și aerisit și se udă moderat. Florile ofilite se vor îndepărta petru a facilita deschiderea celor noi.

Se înmulțesc prin bulbi sau semințe. Vara, la sfârșitul perioade de vegetație, bulbii se scot din sol și se usucă la aproximativ 25ºC în spații aerisite și uscate. *(Va urma)* ***(D.M.)***

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



SOLUȚIA INTEGRAMEI „SLALOM”: *D - D - P - J - Z - T - NECIVILIZATA - CITA - IRONII - OI - ARAT - NETO - MII - SITA - EA - CAL - RAGE - TIR - A - ACT - IAPA - E - RARE - TIPSII - CIRCA - ATENT - MI - NOIAN - TEI - DRICAR - NERV - HAITA - IUTITI.*

Soluția «SUDOKU» — jocul săptămânii 13

8	9	2	6	4	7	5	1	3
4	6	1	8	5	3	9	7	2
7	5	3	1	2	9	4	8	6
9	7	6	5	1	8	3	2	4
1	3	4	7	6	2	8	5	9
5	2	8	3	9	4	7	6	1
2	8	5	9	3	6	1	4	7
6	1	9	4	7	5	2	3	8
3	4	7	2	8	1	6	9	5

Umor

Mistrețul isteric stătea într-un cireș... Apare grădinarul și zice:

– Ce faci, mistrețule?

Acesta supărat răspunde:

– Mănânc vișine!

– Păi de unde mănânci tu vișine că ăsta-i cireș?

– Mi-am adus de-acasă!

La școală, după o lucrare de control, Bulă îl întreabă pe Ștrulă:

– Ai știut?

– Nu, am dat foaia albă.

– Și eu am dat foaia albă.

– Vai de mine, profesoara va crede că am copiat.

Verificați-vă cunoștințele

Dansul

1. Ce se înțelege prin dans clasic (sau academic)?
2. Cine era zeița dansului în mitologia havaiiană?
3. Care este denumirea generală pentru dansurile gitane andaluze?
4. Cine a compus muzica operei „Țar și teslar” în care există „Dansul saboților”?
5. Cine a scris romanul „Dansul dragonilor”?
6. Cine a sculptat alegoria „Dansul” pentru Opera din Paris, statuie al cărei original se află acum la Muzeul Orsay?
7. Cine a realizat, în 1990, filmul american „Dans interzis” („Forbidden Dance”)?

Răspunsurile pentru numărul trecut

1) Zeul scandinav al primăverii și al frumuseții se numea Baldr. 2) Volumul „Plumb” aparține poetului George Vasiliu Bacovia (1881-1957). 3) Autorul lucrării „Cantata primăverii” este Johann Sebastian Bach (1685-1750). 4) Tabloul „Primăvara” poartă semnătura lui Theodor Buicliu. 5) Poemul „Primăvară olimpică” a fost scris de Carl Spitteler. 6) Muzica baletului „Sărbătoarea primăverii” aparține compozitorului Igor Fiodorovici Stravinski (1882-1971). 7) Filmul „Primăvara” a fost realizat de regizorul Grigori Alexandrov.

Posta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Sabia” am primit:

- ***7 răspunsuri corecte:*** *Florentina Gorea,* Toplița; *Mioara Popa,* Iași; *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Andreea-Mădălina Iorga,* Pitești; *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Matei Bărbulescu* și *Florin Mateescu,* Iași; *Gheorghe Enache,* Galați; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei și *Mihai Waspusch,* București.
- ***6 răspunsuri corecte:*** *Daniela Nicolae,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Ileana Popa* și *Ioana Stan,* Baia Mare; *Ioana Costea,* Pitești; *Corina Marinescu,* Ploiești; *Viorica Simionescu,* Arad; *Ion Mardare,* Vâlcea și *Radu-Andrei Ciobanu,* București.
- ***5 răspunsuri corecte:*** *Raluca Petrescu* și *Cristina Ionescu,* Iași; *Viorica Cernea,* Arad; *Ilinca Stănescu,* Ploiești; *Ana Cristea* și *Violeta Marinescu,* Timișoara; *Cristian Teodorescu,* Iași; *George Ionescu,* Ploiești; *Ionel Petrescu* și *Cristian Zamfirescu,* București.

✉ ***Ilinca Stănescu, Ploiești.*** Vă promitem că în curând vom publica un set de întrebări privitoare la orașul dumneavoastră.

✉ ***Ion Mardare, Vâlcea.*** Într-adevăr „Enciclopedia Britanică” este o lucrare foarte serioasă. Pentru întrebările legate de țara noastră însă, vă sfătuim să consultați surse românești. *(Irina Stoica)*

Comorile noastre

MATEI TARARA — *Ploiești*

CRONICA TV

Publicitate, publicitate...

Nu urmăresc emisiunile matinale, s-a întâmplat însă vineri, după ora 8. Unele sunt de umplutură, cu divertisment facil, altele sunt realizate în așa fel încât să alunge somnolența, să însufletească tonusul, să trezească pofta de viață pentru ziua în curs. Pentru pensionari, pentru că cei de la serviciu nu stau cu ochii pe televizor.

Așadar, e dimineață, soarele pătrunde timid prin ferestre iar pe micul ecran (Antena 1), Horia Brenciu, dezlănțuit, cu nelipsitul său râs-surâs expansiv, pentru a face reclamă la un megaspectacol muzical în care va cânta piese din repertoriul său, inevitabil, imitându-l pe Tom Jones, așa cum face de când a devenit muzicant. Va cânta și piese de succes din repertoriul internațional pentru a captiva spectatorii prin diversitate. Și asta, timp de 5 ore!

Pe B1 tv o avalanșă de reclame și o subtitrare al cărei autor va fi probabil premiat de Academia Română,

care suna chiar așa: *„Neam trezit.”*

Am poposit pe PRO tv fără mari speranțe că mă va capta vreo emisiune, vreun documentar. Presimțirea s-a adeverit: pe ecran, reclame peste reclame în care apărea frecvent un personaj-mascotă, pe care-l vedem pe mai toate panourile publicitare din București și, probabil, și din alte orașe. E vorba de Andrei Tiberiu Maria, membru al formației „Simplu”, cu nume de scenă, Smiley – solist, dansator..., lansat de PRO tv. Și cu succes la adolescenți după lansarea hiturilor „Preocupat cu gura ta” sau „Cai verzi pe pereți”.

Pe PRIMA tv am reținut o știre care m-a descumpănit. Suna așa: „În 2013 prețul berii a scăzut cu 10%.” Poate la producători, în niciun caz pe piață. În localuri prețul berii a crescut, într-adevăr, cu cel puțin 10%. Are sens să comentăm credibilitatea știriștilor? Ei n-au nici o vină. Au preluat oficial informația și au difuzat-o. Iar pe de altă parte, în 2013, dacă au golit o halbă de bere, consumația a fost plătită de prieteni... *(Dorin Măran)*

Zodiacul totemic al animalelor 2

Amerindienii care credeau în acest zodiac considerau animalul care le guvernează zodia fiind definitoriu al trăsăturilor de caracter iar în perioadele semnificative ale vieţii lor purtau un pandantiv cu acest simbol pentru a-i ajuta, proteja şi a le transmite o parte din forţele supranaturale. Iată continuarea prezentării zodiilor.

SOMON
(22 iulie — 21 august)

Trăsături definitorii: sunteţi mereu plini de energie şi dominaţi de creativitate. ***Calităţi:*** calmi, senzuali, un bogat simţ al dăruirii. ***Defecte:*** vulgari, egoişti, intoleranţi faţă de alţii. Un factor care vă motivează este încrederea, însă entuziasmul este uşor influenţabil. Nu duceţi lipsă de prieteni şi nu este de mirare deoarece sunteţi generoşi, inteligenţi şi vă puteţi modela după cei din jur.

URS
(22 august — 21 septembrie)

Trăsături definitorii: prietenii se pot bizui la nevoie pe ajutorul dumneavoastră. ***Calităţi:*** răbdători, cumpătaţi, mentori excelenţi. ***Defecte:*** sceptici, leneşi, retraşi. Nativii-Urs au o inimă mare, se dăruiesc cu tot sufletul şi sunt generoşi, însă timiditatea pare să îi domine şi tind să fie modeşti. În situaţii delicate întâi îşi ascultă vocea inimii şi apoi acţionează.

CORB
(22 septembrie — 22 octombrie)

Trăsături definitorii: foarte entuziaşti, au un farmec aparte ce parcă îi vrăjeşte pe cei ce vin în contact cu aceşti nativi. ***Calităţi:*** romantic, bun vorbitor. ***Defecte:*** excesiv de exigenţi, răzbunători, firi schimbătoare. Sunt uşor de recunoscut după energia debordantă pe care o degajă şi adesea opiniile lor constituie punctul de plecare al realizării multor proiecte, mai ales datorită ingeniozităţii şi diplomaţiei cu care sunt înzestraţi.

ŞARPE
(23 octombrie — 22 noiembrie)

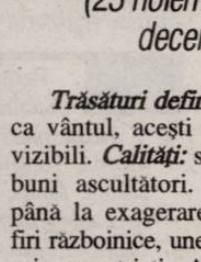
Trăsături definitorii: excelează în profesii medicale, având reale capacităţi de vindecare. ***Calităţi:*** sensibili, grijulii, pasionali, imaginaţie bogată, au un acut simţ al umorului. ***Defecte:*** pesimişti, violenţi, predispuşi la schimbări anormale de dispoziţie. Amerindienii susţin că cei mai mulţi şamani sunt născuţi în această zodie. Nativii-Şarpe sunt persoane spirituale, în armonie cu tărâmul eteric. Preocuparea lor faţă de problemele necorporale îi pun adesea în ochii celorlalţi ca misterioşi şi uneori chiar înfricoşători.

BUFNIŢĂ
(23 noiembrie — 21 decembrie)

Trăsături definitorii: Schimbători ca vântul, aceşti nativi sunt imprevizibili. ***Calităţi:*** sensibili, entuziaşti, buni ascultători. ***Defecte:*** exigenţi până la exagerare, firi războinice, uneori prea trişti. Aceşti nativi sunt buni prieteni şi au caracter acceptabil, fiind şi buni ascultători. Iubesc aventura şi le place să trăiască viaţa la viteză maximă, însă aceste lucruri îi pot transforma în persoane nesăbuite şi lipsiţi de griji. Ca profesii, datorită adaptabilităţii înnăscute pot deveni mari artişti sau profesori.

GÂSCĂ
(22 decembrie — 19 ianuarie)

Trăsături definitorii: găseşte întotdeauna motivaţii pentru a reuşi cu orice preţ şi indiferent de ce i se propune să realizeze. ***Calităţi:*** senzuali, plini de umor, gregari. ***Defecte:*** comportamente obsesive. Dacă aveţi ceva de făcut şi vi se pare aproape imposibil, daţi-le unor nativi-Gâscă şi aceştia vor îndeplini fără crâcnire totul. A conduce este cuvântul de ordine al acestor nativi şi potrivit personalităţii lor.



Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

- Meserii uitate în... istorie
- Hitler şi Zidul Atlanticului
- Omul în piele de urs
- Primul prinţ al Bulgariei moderne
- Opinii din spaţiul rusesc despre nepământeni
- Trista libertate a lui Courbet
- Regele Arthur şi legendarul Avalon
- Oscar câştigat cu poveşti de iubire

HOROSCOP
7-13 aprilie 2014

BERBEC 21.03-20.04

Încă vă preocupă lucrările amânate, o situaţie tensionată la serviciu şi, mai ales, disensiunile cu superiorii dumneavoastră. Atenţie că rezultatele acestor discuţii le veţi simţi abia săptămâna viitoare. Mai bine stabiliţi-vă strict ordinea de zi şi veţi reuşi să nu mai întârziaţi şi să evitaţi conflictele.

TAUR 21.04-21.05

Rezolvaţi-vă problemele fără a aştepta să se rezolve de la sine. Fiţi prudenţi cu investiţiile şi cu problemele de sănătate pe care le consideraţi minore. Mai bine trataţi-le cu grijă şi aşa veţi evita complicaţiile. Dacă doriţi să achiziţionaţi ceva de valoare mai mare nu ar fi rău să vă consultaţi cu un specialist în domeniu.

GEMENI 22.05-21.06

Încercaţi să rezolvaţi mai multe lucruri deodată şi s-ar putea să vă împotmoliţi. Noi cunoştinţe vă ajută să obţineţi mai mult avantaje dar trebuie să fiţi atenţi la bârfe. Vorba dusă şi distorsionată vă poate face mai mult rău decât vă închipuiţi. Adoptaţi un aer optimist şi veţi vedea că în jur se vor strânge mulţi prieteni.

RAC 22.06-21.07

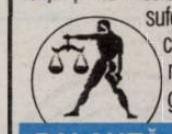
În carieră faceţi un salt surprinzător şi ajungeţi la un nivel la care nu speraţi. Sunteţi apreciaţi şi vă simţiţi datori să întoarceţi acest lucru cu şi mai multă dăruire. Nu vă luaţi însă responsabilităţi pe care nu le puteţi onora şi nici nu adoptaţi un aer superior. Îi puteţi foarte uşor jigni pe cei care vă privesc doar ca simpli amici.

LEU 22.07-22.08

Această săptămână decurge sub tutela armoniei. Fie că sunteţi alături de prieteni, de persoana iubită sau de familie, o să dăruiţi multe clipe frumoase celor de lângă dumneavoastră. Dacă încă nu v-aţi găsit jumătatea, acum este momentul prielnic să acţionaţi sau, pur şi simplu, să fiţi mai atenţi la cei din jur. Nu se ştie niciodată când cineva vă atrage atenţia.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Trataţi totul cu prea multă îndârjire şi asta vă pune într-o lumină mult prea orbitoare, ceva cam ca Batman. Nu vă impuneţi cu prea multă violenţă şi nu încercaţi să-i sufocaţi pe cei care vin în contact cu dumneavoastră. Vă puteţi trezi singuri, fără niciun rost pe lume...



BALANŢĂ 23.09-22.10

Cei de acasă vă simt lipsa din ce în ce mai mult, deşi sunteţi prezenţi fizic. Ce-ar fi să lăsaţi deoparte gândurile ce vă ocupă mintea prea mult şi să vă dedicaţi timpul liber familiei. Fie că-i însoţiţi la cumpărături, fie că îi ajutaţi la treburi sau doar le ţineţi companie. Ei sunt dornici să vă audă opiniile.

SCORPION 23.10-21.11

În această săptămână se pare că vă preocupă doar starea sănătăţii dumneavoastră. Poate începeţi o nouă dietă ce vă apropie mai mult de hrana bio. Încercaţi să eliminaţi toţi factorii stresanţi şi pe cât de mult puteţi alimentele ce vă fac rău. Amintiţi-vă şi de cei mai mici membri ai familiei şi invitaţi-i să vă însoţească într-o mică excursie. Sigur le veţi face o mare bucurie!

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Cineva din familie vă tot tachinează în legătură cu persoana iubită. Nu îmbrăcaţi haina unui arici şi fiţi mai cooperanţi. Poate că nu vedeţi micile hibe din comportamentul jumătăţii dumneavoastră. Lăsaţi-i şi pe cei din jur să-şi exprime opinia. Cântăriţi mai bine ceea ce vă zic şi poate descoperiţi ceva surprinzător.

CAPRICORN 22.12-19.01

Sunteţi tot mai dependenţi de persoana cea mai dragă, fie că este vorba de mamă, de soţie sau cea mai apropiată prietenă. Se pare că vă gândiţi din ce în ce mai serios la schimbarea locuinţei sau la redecorare. Poate e de vină şi primăvara ce vă îndeamnă la reînnoire.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Totul a intrat într-o stare de acalmie şi parcă niciun nor nu vă umbreşte liniştea şi fericirea. Nu vă încredeţi prea mult în aceasta. În subconştientul dumneavoastră stă încolţită de mult timp o sământă de răzvrătire. Fiţi atenţi dacă aruncaţi cuvinte grele vreunui membru de familie sau unui prieten.

PEŞTI 19.02-20.03

Câştiguri de toate felurile par să vă zâmbească îndrăzneţ. Prevăzători cum sunteţi, nici nu vă închipuiţi ce furtună puteţi stârni dacă vă cereţi datoriile înapoi. S-ar putea chiar să vă certaţi cu cei mai buni prieteni atunci când vreţi să vi se înapoieze totul, dintr-odată. Mai bine gândiţi-vă să acţionaţi cu diplomaţie, deşi nu prea vă stă în fire.

NATIVUL SĂPTĂMÂNII: Francis Ford Coppola (07.04.1939)

Cunoscut regizor, producător şi scenarist american, a câştigat încă din 1970 premiul Oscar pentru cel mai bun scenariu original în calitate de coautor. Importanţa lui ca regizor a fost consolidată însă din 1972, când a lansat filmul „Naşul", urmând de-a lungul anilor să primească alte zeci de premii. Acest reprezentant al zodiei Berbec este unul dintre cei numai opt regizori care au câştigat de două ori premiul Palme d'Or.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178964

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA	PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	5,50 LEI	❑ 4 LUNI	22,00 LEI
❑ 2 LUNI	11,00 LEI	❑ 5 LUNI	27,50 LEI
❑ 3 LUNI	16,50 LEI	❑ 6 LUNI	33,00 LEI

(Marcaţi cu un X perioada dorită a abonamentului)

DATA DE ÎNCEPERE A ABONAMENTULUI:

NUME _____ PRENUME _____
ADRESA: str. _____, nr. _____,
bl. _____, sc. _____, et. _____, ap. _____, sector _____,
localitate _____, cod _____,
judeţul _____.

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Abonaţi-vă la magazin

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal [pe adresa: Ionescu Simion — la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701], contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat) şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la tel. 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente trimiţând, pe adresa redacţiei (Ionescu Simion, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701), un plic cu un cec reprezentând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni).

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
(ştampila cu data prezentării)
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION — la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginta .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

Biblioteca Judeţeană
MUREŞ
TÂRGU-MUREŞ

SERIE NOUĂ - 1189 ● ANUL LVII ● 10 APRILIE 2014 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 15 (2939)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro

Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

■ *Numai cei tari ştiu să ierte. Laşul nu iartă niciodată; nu-i stă în fire.*
Laurence Sterne

■ *Patru lucruri avem mai mult decât credem: defecte, datorii, ani şi duşmani.*
Jean de La Bruyère

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă
Dieta raw vegan, sub lupă

Dosarele frumuseţii
Piele suplă şi catifelată

Este limpede, cu cât încercăm să ne afundăm în hăul teoriilor despre Univers, cu atât suntem mai departe de adevăr. Sau mai aproape de ignoranţă. Se lansează teorii fantastico-literare despre Big Bang, dar nu ştim cum s-a născut „regina nopţii moartă", Luna.

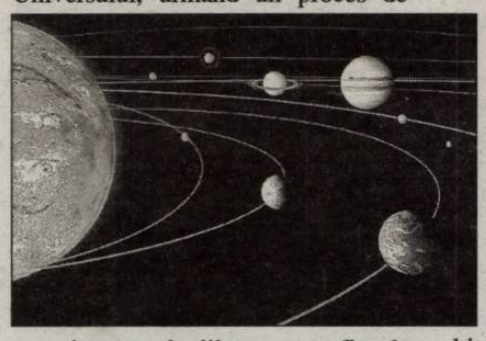
Luna, planetă sau satelit?

Dacă vrem să vorbim despre Lună, trebuie să plecăm de la Univers. De la dilematica întrebare, cum s-a format el? Şi aici, teoriile, care mai de care mai fanteziste, încep cu Marea Explozie, numită în engleză Big Bang. Limita de principiu a acestei teorii, dincolo de fabulaţie, este că nu ne spune din ce s-a format acel atom infinit de dens şi infinit de greu. Aşadar, nu ne spune nimeni, ce a fost *înainte* de celebrul Big Bang!

Efortul pentru cercetători se pare că depăşeşte imaginaţia, aşa că se consideră că Big Bang-ul este suficient pentru orice început şi dă bine în Enciclopedii. Fiindcă dacă teoria expusă în capitolul *Geneza* din Vechiul Testament ne spune că totul s-a născut din nimic *(ex nihilo)*, permiţându-ne să ne oprim cu investigaţia unor evenimente de „dinaintea" momentului zero, teoria „ştiinţiifică" vrea să se situeze la polul opus şi să ne convingă că Universul s-a născut din „ceva" totuşi, adică din atomul de materie, infinit de dens şi de greu. Aşadar, cum a fost posibil Big Bang-ul? Există şi pentru această întrebare nişte teorii, la fel de fanteziste.

Una ar fi că a existat un Univers oscilant, un ciclu nesfârşit de naştere, moarte şi renaştere. Poate i-am spune reduplicare. În fond acest ciclu este valabil şi pentru viaţa de pe Pământ: şi omul se naşte, moare şi se reduplică printr-o nouă naştere. Un adevăr care poate fi înţeles şi din citirea filosofică a Noului Testament.

Continuând logica acestei teorii, slăbirea treptată a forţei de inerţie ar fi oprit în cele din urmă expansiunea Universului, urmând un proces de



apropiere a galaxiilor care ar fi culminat cu contopirea lor în atomul primordial, despre care vorbeşte teoria Big Bang-ului, pentru a se recrea! Apoi, procesul s-ar fi repetat, ciclic. Asta ar fi teoria Universului oscilant care, din păcate, nu ne spune un lucru esenţial: noi, actualii locuitori ai Galaxiei, a câta generaţie de Big Bang suntem?

Şi cum rămâne, conform teoriilor lansate, cu primul atom infinit de dens şi infinit de greu al „primului" Univers? Sunt întrebări atât de grele încât până şi imaginaţia fizicienilor teoreticieni trebuie să se recunoască învinsă. Şi, în fond, de ce avem noi nevoie ca astrofizicienii să inventeze alte legi fizice, când e clar ca lumina zilei că nici măcar cele reale nu pot explica iluzia unor teorii hazardate, fanteziste, asemice (fără sens).

Cine a pus Luna acolo unde este?

Să ne întoarcem ochii de la adâncul Universului, guvernat de legile lui, născut după legile lui, şi să privim companionul apropiat nouă, Luna. Cum s-a născut Luna? Este „satelit natural" sau planetă? Şi în acest caz teoriile se întrec în aproximaţii şi nici măcar nu se dovedesc convingătoare pe de-a-ntregul. Se spune, în teorie, că planetele Sistemului nostru solar s-au format prin atracţia gravitaţională exercitată de Soare asupra uriaşilor meteori din preajmă, sau dintr-o astfel de ciocnire a lor. Modelul ştiinţific nu explică unele anomalii. Una ar fi înclinaţia extremă a orbitelor lui Mercur şi Pluton, cât şi aceea a asteroizilor, meteorilor şi a cometelor faţă de planul eclipticii Soarelui. Alta ar fi rotaţiile axiale retrograde ale lui Uranus şi Venus. Practic, o treime din sateliţii planetari au orbite retrograde faţă de sensul de rotaţie a planetelor de care aparţin.

Când vorbim despre Lună, şi cum de este ea acolo unde este, trebuie să amintim teoriile care au încercat să explice formarea „satelitului" nostru. Ele sunt grupate, aşa cum le aminteşte prof. univ. dr. Iuliana Armaş, în patru categorii. Practic, nici una dintre ipoteze nu explică în mod satisfăcător prezenţa Lunii alături de Terra, acest lucru rămânând în continuare un mister (atât pot oamenii de „ştiinţă" care, în rest, vor să ne convingă cu zel că ei sunt în posesia adevărului legat de însăşi naşterea Universului!).

O primă ipoteză, cea a desprinderii Lunii din Pământ a fost formulată în 1879 de George Darwin (cel de al doilea fiu din cei zece ai celebrului Charles Darwin). Ea porneşte de la ideea că la începutul formării sale, Terra se rotea extrem de repede (cu o perioadă de 2-3 ore în loc de 24), ceea ce a dus la apariţia, în zona ecuatorială, a unei proeminenţe. Aceasta a devenit instabilă şi s-a desprins. Teoria desprinderii din Pământ poate explica diferenţierile chimice dintre cele două corpuri cereşti, dar nu şi problemele de dinamică. Teoria captării (formulată de Cloud în 1968) presupune că Luna s-a format din sectorul asteroizilor.

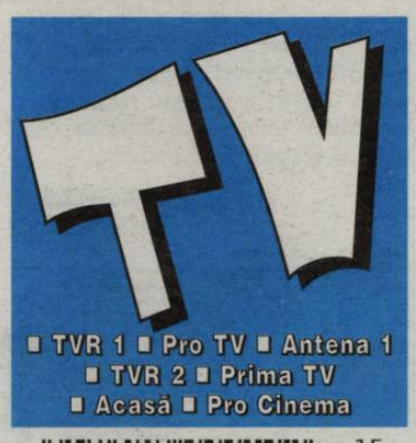
Acum circa 3,9 miliarde de ani, distanţa dintre cele două corpuri a devenit suficient de mică pentru ca satelitul să poată fi captat. Numai că probabilitatea unui astfel de scenariu este extrem de redusă pentru că tre-

cerea de la o orbită iniţială heliocentrică, de formă parabolică (relativ la Terra), la cea geocentrică, eliptică actuală, ar fi necesitat o frânare extraordinară a vitezei de deplasare pe orbită a Lunii, ceea ce ar fi dus la topirea suprafeţei ei. A treia ipoteză, cea a formării concomitente a celor două corpuri prin procesul de acreţie nu poate explica diferenţierea chimică mare, în special de ce Luna prezintă un conţinut mult mai scăzut în fier (10% din masa lunară) şi elemente uşoare (Na, K, 0,07 %) comparativ cu Pământul.

În fine, o a patra ipoteză s-a bucurat de o mai mare atenţie cu ocazia conferinţei din Hawaii (1984). Cu această ocazie a fost revitalizată ideea mai veche a apariţiei Lunii ca urmare a unui impact meteoritic extrem de violent care ar fi avut loc în perioada de început a evoluţiei Pământului (idee formulată iniţial în 1946). Această ipoteză pleacă de la ideea unei rotiri iniţiale mai lente a Terrei. Coliziunea cu un corp de dimensiuni planetare ar fi accelerat perioada de rotaţie a planetei.

Concluzia logică ar fi că deocamdată nici o teorie nu stă în picioare. Luna şi Pământul au structuri diferite şi deci origini diferite! S-a presupus că Luna ar fi fost o planetă care gravita în jurul Soarelui şi la un moment dat (?) şi-ar fi părăsit orbita, atrasă fiind de gravitaţia Pământului.

Atunci, dacă nu este „satelit", Luna este Planetă, iar dacă este „Planetă" atunci trebuie să orbiteze obligatoriu în jurul unei „Stele". Aceste neconcordanţe şi lipsă de substanţă au dovedit incapacitatea teoriilor de a explica rezonabil fenomenele naturale care s-au petrecut într-un trecut îndepărtat al evoluţiei Universului.



SUDOKU
jocul săptămânii: 15

8	5		3				7	
3								
4			7				5	2
		9	5	4		2		
				7				
		7		2	6	8		
7	1				2			5
								1
	2				5		3	4

Soluţia în numărul viitor

Biblioteca Judeţeană MUREŞ. TÂRGU MUREŞ

Meserii uitate în... istorie

De-a lungul vremurilor, oamenii au prestat, după cum vom vedea în articolul de mai jos, meserii dintre cele mai bizare. Chiar dacă astăzi e greu de crezut că au existat, istoria le consemnează şi le descrie ca fiind destul de cunoscute şi apreciate la vremea respectivă.

Cărăuş de lectică

După cum chiar denumirea ne sugerează, *cărăuşul de lectică* era un sclav obligat să ridice şi să transporte, la început femei de neam nobil, iar mai târziu şi bărbaţi, în lectică. Era o slujbă extrem de solicitantă deoarece necesita un efort fizic mare şi în acelaşi timp era periculoasă, fiind nevoie să coboare sau să urce scări cu lectica pe umeri.

Cărăuşii aveau obligaţia de-a se îmbrăca în haine preţioase, împodobite cu ornamente sofisticate (în totală discordanţă cu activitatea respectivă), având drept scop, scoaterea în evidenţă a luxului şi bogăţiei stăpânului pe care-l cărau în lectică.

Mai târziu, lecticile au fost prevăzute cu ferestre şi ornamente complicate, sporindu-se astfel greutatea lor. Această „meserie" a supravieţuit până spre zilele noastre, dacă ne gândim la Papal Sedia Gestatoria (tronul pentru deplasarea papei), care a fost folosit ultima oară în 1980.

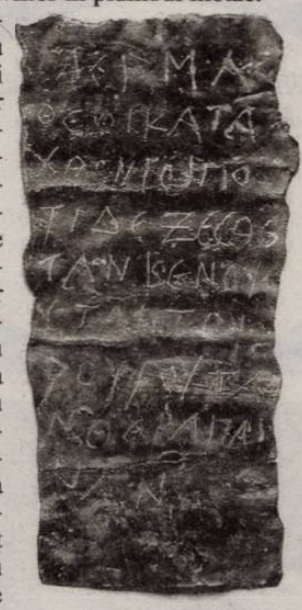
Gymnasiarch — îngrijitor pentru atleţi

Destul de prezent în Grecia Antică, gymnasiarch-ul era responsabil cu ştergerea, curăţarea şi ungerea sportivilor, mai ales după marile întreceri olimpice. Un fel de maseuri ai zilelor noastre, dacă vrem să facem o analogie.

O meserie foarte căutată la vremea aceea, fiind accesibilă, îndeosebi cetăţenilor greci bogaţi, considerată drept cea mai respectabilă îndeletnicire filantropică din Grecia. Pentru a putea deveni un gymnasiarch, trebuia ca persoana să aibă vârsta cuprinsă între 30 şi 60 de ani şi o posibilă clientelă din rândul bogaţilor. Printre beneficiile acestei ocupaţii se număra şi dreptul de a purta un băţ cu care avea voie să-i „altoiască" pe adolescenţii care sfidau regulile din gymnasium şi se purtau necuviincios.

Cititor şi sculptor de blesteme

O practică încă din Roma Antică. Dar cum nu exista hârtia pe atunci, blestemele lungi, întortocheate şi bizare se scriau pe bucăţi mari de... plumb. Acestea erau fixate în cuie pe pereţii templelor. Persoanele care se ocupau cu năstrușnica misiune se aşezau în faţa templului şi trebuia să reţină cu sfinţenie toate plângerile şi blestemele clienţilor, deoarece aceştia plăteau sume importante transcrierii grozăviilor în plumbul moale.



Multe din astfel de plăci s-au păstrat chiar şi până astăzi iar mărturie stau următoarele exemple: „Să fie legate toate membrele şi tendoanele lui Victorius, vizitiul ticăloşilor de la Echipa Albastră! Caii cu care va concura orbeşte-i să nu poată vedea şi răsuceşte-le sufletele şi inimile să nu poată respira", sau un alt blestem, „Vreau ca ticălosul de Titus, care îmi datorează bani de 20 de ani, să moară în chinuri groaznice, O, voi Zei ascultaţi-mă! Tu, Jupiter, fă ca într-o bună zi acest gunoi să se înece la masă sau să ajungă sclav în arenă, iar eu să văd cum îl sfâşie leii în Colosseum!". Ingrată meserie...

Spaţiul nu ne permite descrierea multor ocupaţii bizare, existente de-a lungul timpului. Vom mai enumera doar câteva: persoane care exhumează cadavre, biciuire de băieţi, mirele de scaun, planificatorul de orgii, clovnul de înmormântare, urinatores (un fel de scafandrii) etc. Meserii ce-au fost uitate în istorie.

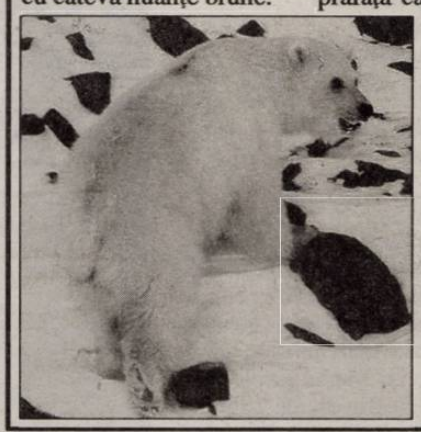
IOANA FLORIA

Pulsul Planetei

O nouă specie de urşi

În căutarea resurselor de hrană, în perioada estivală când zone întinse ale banchizei de gheaţă arctice se subţiază sau se topesc, urşii polari vânează pe uscat unde au prins obiceiul de a se hrăni şi cu plante. Am menţionat acest fenomen în numărul trecut al revistei.

În timpul migraţiei vremelnice s-a produs un nou fenomen atipic: încrucişarea urşilor polari cu cei bruni. Până acum s-au înregistrat doar 5 cazuri în insulele Victoria şi Banks din nordul Canadei, dar numărul lor va creşte pe măsură ce încălzirea climatică va continua. Hibrizii au blană albă cu câteva nuanţe brune.



Cât despre patrimoniul genetic, acesta nu prezintă diferenţe majore în raport cu cele două specii.

Alizeele ne-au ferit de canicule

Cercetătorii de la Universitatea New South Wales din Austrialia care au studiat misteriosul termen de stagnare temporară a încălzirii climatice, observată din 1998, în condiţiile în care cantitatea emisiilor de gaze cu efect de seră continuă să crească, au ajuns la concluzia că aceasta este favorizată de alizeele care suflă în Oceanul Pacific. Vânturile, care bat dinspre est spre vest, acţionează asupra apelor calde de la suprafaţă care pătrund în cele de adâncime, reducând astfel căldura atmosferică, efectele fenomenului fiind mai accentuate în apele din largul coastelor australiene.

DORIN MĂRAN

Schiţat

„Portretul a fost *schiţat sumar* de artist, în doar câteva linii".

Pleonasmul, întâlnit, din nefericire frecvent, este cauzat atât din dorinţa de a fi cât mai convingător, cât şi din slăbirea autocontrolului.

Să vorbim corect!

Verbul „a schiţa" este explicat în dicţionar ca: „A desena în mod schematic, a executa în câteva linii generale un desen preliminar; fugitiv; a contura, a descrie, a reda ceva în scris prin câteva trăsături caracteristice". Adjectivul „sumar" înseamnă, în contextul rspectiv, aşa cum ne arată tot dicţionarul: „...în câteva cuvinte (linii); pe scurt, succint."

Aşadar tot greşite sunt combinaţiile: „a schiţa schematic"; „a schiţa pe scurt"; „o schemă sumară". De asemenea, expresia „în câteva linii" este în relaţie pleonastică cu verbul „a schiţa" şi trebuie evitată în acest context. Exprimarea corectă ar fi fost „Portretul a fost schiţat de artist" şi atât. *(I.S.)*

Cântaţi, pentru a fi apreciaţi!

Vocea reprezintă o reflectare a personalităţii noastre, chiar dacă în general o percepem doar ca instrument de comunicare ce se poate modula sau, spus într-un limbaj mai degrabă tehnic, poate fi prelucrată. Să zicem, cam la fel cum lupul din basmul „Capra cu trei iezi" şi-a... pilit vocea la fierar, ca să fie mai subţire.

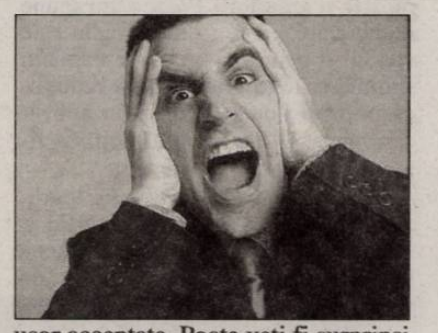
Un „confesional" interior

Acum, să recunoaştem că uneori mai strâmbăm din nas când ne auzim vocea înregistrată pe vreun filmuleţ de vacanţă, fiindcă nu o recunoaştem şi, mai mult, nu ni se pare deloc agreabilă. Cu toate acestea, trebuie să acceptăm că ea „spune" multe despre noi. Tocmai de aceea e bine nu doar să o apreciem, oricât de puţin, ci şi să o finisăm cumva, în ideea că putem face din ea chiar un atu major.

Toţi specialiştii (ORL-işti, psihologi, logopezi etc.) sunt de acord că vocea reflectă emoţiile şi, prin extensie, personalitatea individului uman. Astfel, o voce slabă indică timiditate, teamă de comunicare; forţată – dezvăluie lipsa de încredere în sine; ţipată, ea chiar „strigă" nevoia interioară de a exista cu adevărat. De aceea se şi schimbă odată cu etapele de vârstă (deci, implicit, cu experienţa de viaţă) ori pur şi simplu în urma unor evenimente marcante. Prin urmare, nu avem decât să „convieţuim" cu ea, iar în rumoarea nenumăratelor voci din jur să-i reperăm unicitatea, particularitatea inconfundabilă, pe care să o punem în valoare.

Să fii auzit permanent

Vocea poate fi un nesperat avantaj şi în viaţa profesională. Când vorbim la serviciu pe un ton ferm, neezitant, asumat, ideile noastre sunt mai



uşor acceptate. Poate veţi fi surprinşi să aflaţi că, pentru a dobândi acest statut mult-râvnit, de foarte mare ajutor este cântatul. De pildă, a cânta într-un grup coral ne permite totodată să înţelegem cum să ne găsim locul potrivit în orice fel de grup (deci şi la birou) şi să fim recunoscuţi ca atare. Vom avea, de asemenea, surpriza majoră a creşterii incredibile a moralului şi a stimei de sine.

O etapă mult mai dificilă este exprimarea *solo* în faţa celorlalţi. Pentru că ea presupune efectiv a îndrăzni să te exprimi în public de unul singur, fără teamă de privirile (şi de... gândurile!) celor din jur. Totodată, cântând învăţăm să respirăm mai corect şi complet, punându-ne la lucru plămânii şi laringele, ne îmbunătăţim postura (stăm mai drepţi, cu fruntea ridicată, alura mai fermă). Apoi, zâmbetul ni se „lipeşte" de la sine pe faţă, transmiţând în exterior un mesaj de bună-dispoziţie, de seninătate. Alte avantaje – memorarea mai uşoară a cuvintelor, a mesajelor scrise şi deci antrenarea memoriei auditive, vizuale şi a stărilor emoţionale. Toate acestea au un efect pozitiv major asupra propriei personalităţi, dar şi asupra percepţiei celor din jur în legătură cu noi. Evident, nu ne vom alege astfel cu o voce de operetă, dar în mod absolut sigur carisma noastră va creşte remarcabil, iar viaţa, în general, va dobândi o savoare şi o culoare de invidiat.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – *Preşedintă*
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ioana Floria, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

ECHIPA DE SERVICIU:
Responsabil de număr: Dorin Măran
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel./Fax: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI) Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor şef

DOREL DORIAN, ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:

„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: **INTACT S.A.**

Fulger globular filmat

Urmărind fulgerele din timpul unei furtuni puternice, câțiva fizicieni chinezi au avut șansa rarisimă de a surprinde și filma apariția unei mingi de foc cu un diametru de aproximativ 5 metri care s-a deplasat într-o secundă și jumătate pe o distanță de 15-20 de metri, dispărând ca prin farmec.

Analizele spectroscopice au confirmat una dintre teoriile, lacunare, legate de formarea acestor misterioase formațiuni globulare, care se referă la faptul că fulgerele vaporizează solul bogat în siliciu, fier și calciu, care se transformă în mingi de foc.

Prin ce mecanisme fizice, chimice, meteorologice etc. se transformă în globuri incandescente, ce forțe le propulsează și de ce dispar, nu se știe.

Riscurile acvaculturii

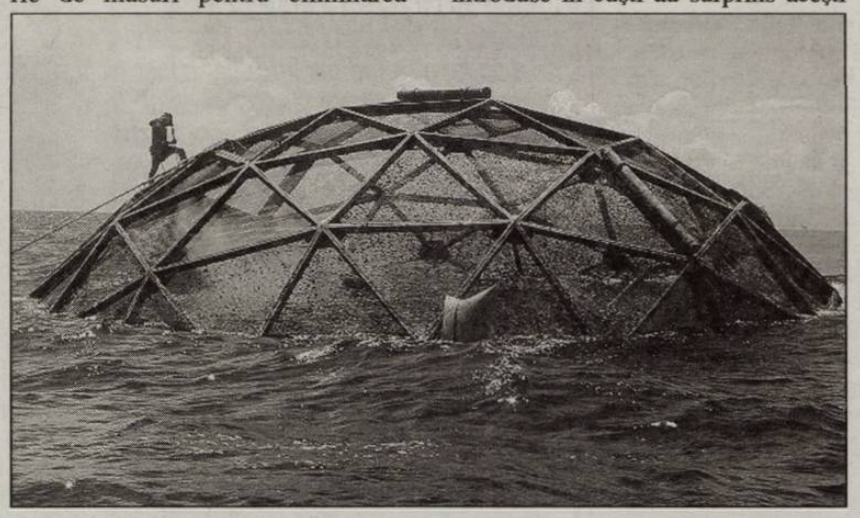
Se știe: efectivele de pești din mări și oceane se diminuează alarmant ca urmare a supraexploatării, iar creșterea animalelor – bovine, ovine etc. – este din ce în ce mai afectată de reducerea terenurilor cu pășuni. Una dintre soluțiile care să completeze necesarul alimentar al viitorului o constituie acvacultura.

Am dezvoltat acest subiect în urmă cu câteva luni. Acum ne vom referi doar la o specie deosebit de valoroasă atât din punct de vedere nutritiv cât și gustativ: somonul. Este crescut intensiv în nenumărate ferme piscicole din lume, acoperă cererea pieței, corespunde normelor calitative impuse. Dar cu ce eforturi...

Prețul succesului

Indiferent care este originea sa – norvegian, scoțian, canadian etc. – somonul este atacat de un dușman extrem de periculos: puricele de mare, cu o lungime de câțiva milimetri, care îi roade pielea până la sânge. Rănile provocate, unele adânci, sunt o poartă deschisă spre infecții bacteriene. Un parazit care proliferează datorită marii concentrații de somon din interiorul cuștilor. S-au luat o serie de măsuri pentru eliminarea acestui parazit care compromite de zeci de ani cultura peștilor. Într-o fermă piscicolă din Norvegia (țară în care comerțul cu somoni reprezintă cea de-a doua sursă de venituri după petrol) s-au utilizat insecticide din 1980, o soluție eficace împotriva agresorilor, dar care s-au regăsit în carnea peștilor dincolo de limitele admisibile, adică de 0,05 mg/kg. O soluție adoptată și de crescătorii din alte țări. Utilizarea pesticidelor a fost însă redusă treptat.

În acest context, un ajutor, deloc nesemnificativ, a venit din partea unor peștișori care se hrănesc cu purici de mare. Camerele de luat vederi introduse în cuști au surprins acești pești – o specie denumită labru – agățați de somoni, care absorb puricii de pe solzii peștilor. Pentru a suplimenta efectivele de peștișori, au fost realizate crescătorii. Introduși masiv în mediul somonilor, aceștia au redus semnificativ numărul de purici, dar rezultatul nu s-a dovedit a fi salvator. S-a recurs și la o altă soluție: creșterea somonilor la adâncimi de sub 5 metri unde puricii de mare nu supraviețuiesc. Rezultatele au fost cele scontate: somonii au scăpat de acești paraziți periculoși, producția de pești sănătoși înregistrând rezultate superioare.



Salmonicultura a fost, din nefericire, bântuită și de alte pericole. Prin anii 2000, în regiunea Puerto Montt din Chile, de pildă, s-au extins fermele piscicole, densitatea somonilor din cuști fiind cea mai mare din lume. În 2009 s-a ajuns la o producție fabuloasă, de 650.000 de tone. Dar, fatalmente!, la un moment dat a proliferat un virus care a atacat peștii provocându-le o stare accentuată de anemie infecțioasă în urma căreia o treime din pești au murit.

Au fost identificate și administrate antibiotice eficace, productivitatea fiind relansată, dar fără să ajungă la nivelul record din 2009. Succesul a fost însă vremelnic. O mare parte din somoni au redevenit victime ale anemiei infecțioase, virusul dobândind rezistență la antibiotice. Cilienii au instalat cuștile în zone în care curenții erau puternici și au redus densitatea de pești. Soluția s-a dovedit a fi viabilă.

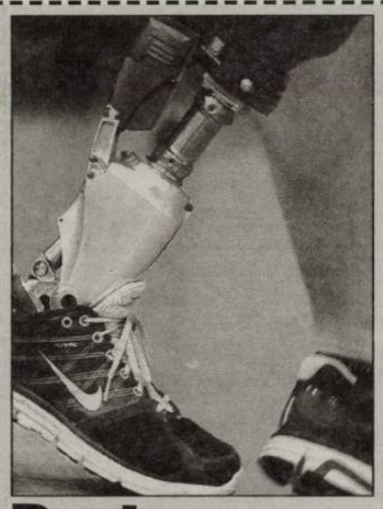
În ultimii 20 de ani, cantitatea de antibiotice și pesticide a scăzut cu 95%. Cu toate acestea, corpul somonilor este infestat de poluanți organici, în special de dioxine provenind din reziduurile poluante aferente activităților umane, care se acumulează în grăsimea peștilor și, în general, în cea a viețuitoarelor marine.

Pericolul pe care îl prezintă pentru sănătatea umană este minor având în vedere faptul că nivelul de dioxine din pești nu este ridicat. Cu toate acestea, există recomandări din partea unor organisme ecologice de a se evita consumul excesiv de somon.

Meniuri de tranziție economice

Timp îndelungat ihtiologii au studiat capacitatea acestor răpitori de a ingera vegetale. Au reușit să le schimbe meniul dar nu în totalitate. În urmă cu 16 ani somonii au început să fie hrăniți cu făină vegetală amestecată cu ulei în proporție de 30% și cu făină de pește (de anșoa). În prezent, procentul de hrană vegetală a ajuns la 80% (hrana exclusiv pe bază de plante și de ulei vegetal nu asigura necesarul de omega 3 de care somonii au nevoie pentru o dezvoltare normală). 30 de milioane de tone de anșoa sunt transformate în făină în fiecare an pentru obținerea unei cantități de 7 milioane tone făină și 1 milion de litri de ulei.

Cercetătorii încearcă să găsească o cale pentru a stimula somonii să producă omega 3 în condiții de furajare cu făină și uleiuri vegetale, așa cum se întâmplă în cazul păstrăvilor de crescătorie. În Centrul de cercetări Rorhamsted din Regatul Unit s-a găsit o soluție eficace. Cercetătorii au produs colza modificată genetic ce conține o importantă cantitate de omega 3, în urma introducerii de gene de microalge care au o mare capacitate de a produce acest tip de acizi grași. Rămâne de văzut care va fi reacția consumatorilor.



Proteze controlate mental

Centrul elvețian de cercetare robotică va organiza în 2016 primul campionat — Cybatlon — pentru atleții paralizați parțial sau total, dotați cu proteze mecanice, bionice, exoschelete, cărucioare rulante.

Concurenții vor participa la diverse probe: ciclism, marș, alergări, curse cu scaune rulante, diverse probe atletice în care vor fi folosite brațele prevăzute cu proteze etc. Cea mai dificilă cursă va fi cea a paraplegicilor care vor evolua în scaune rulante, controlate (dirijate) mental prin intermediul microelectrozilor implantați în creier și al unui soft. Nu doar câștigătorii vor fi medaliați ci și societățile care au realizat dispozitivele utilizate.

Un eveniment public mult așteptat în care persoanele handicapate și tehnologiile își vor da întâlnire. Și o premieră mondială având în vedere faptul că vor fi permise tehnologii care au fost excluse în cadrul Jocurilor paralimpice.

Performanțe în domeniul genetic

Specialiștii societății americane Illumina au realizat un sistem care permite decriptarea genomului uman în doar câteva ore, costurile fiind de doar 1000 dolari! În 2001 a fost decriptat pentru prima oară un genom uman în cadrul societății americane Human Genome Project, un proiect definitivat după 13 ani de cercetare care a costat 2,7 miliarde de dolari. Calea a fost larg deschisă, sistemele s-au perfecționat odată cu diminuarea costurilor aferente decriptării genetice.

O performanță la care s-a adăugat recent o alta, aparținând unei echipe de cercetători chinezi care a reușit să modifice 3 gene din celule de maimuță macac fără să afecteze restul genomului. Experimentele au fost efectuate cu succes pe un lot de 20 de maimuțe. Un pas deosebit de important în perspectiva modificărilor genetice în cazul omului.

Epidemiile de ciumă dincolo de mister

Comparând ADN-ul prelevat din dinții unor victime ale celor două flagele devastatoare care au făcut fiecare zeci de milioane de morți în lume – Ciuma lui Justinian (secolul al VI-lea) și Ciuma Neagră (secolul al XIV-lea) – o echipă de cercetători de la Universitatea Northern din Arizona a detectat agenții patogeni. Este vorba de două tulpini ale bacteriei *Yersinia pestis,* ajunse în plămânii oamenilor și

răspândite apoi prin tuse sau strănut.

Cea responsabilă de propagarea Ciumei lui Justinian a dispărut, nu însă și cealaltă variantă care ucide și azi mii de persoane anual. Din fericire există antibiotice care pot trata maladia iar pe de altă parte, nu există indicii legate de declanșarea unei pandemii. Dar din nefericire, în zonele afectate din unele țări sărace, cele mai multe izolate, accesul antibioticelor este limitat.

Ciuma lui Justinian a ucis între 30 și 50 de milioane de oameni – aproximativ jumătate din populația lumii – în Asia, nordul Africii, Arabia și Europa. Ciuma Neagră a făcut aproximativ 50 de milioane de victime în Europa între anii 1347 și 1351.

Pagină realizată de **DORIN MĂRAN**

PRIMUL PRINŢ
al Bulgariei moderne

După Războiul Ruso-Turc din 1877-1878, Bulgaria a devenit stat autonom prin Tratatul de la Berlin (1878), aflându-se sub suzeranitatea Imperiului Otoman (abia în 1908 a devenit complet independentă, în timpul ţarului Ferdinand). În aceste circumstanţe istorico-politice, Marea Adunare Naţională a Bulgariei l-a ales, la 29 aprilie 1879, pe prinţul Alexandr Josef de Battenberg drept primul conducător al Bulgariei moderne.

Prinţul Alexandr de Battenberg

Prinţul (cneazul) Alexandr (1857-1893) era fiul lui Alexandr de Hesse şi Rhine şi al contesei Julia von Hauke. De asemenea, primul prinţ al Bulgariei era şi nepotul ţarului Alexandr al II-lea al Rusiei. În cercul familial, pentru a-i deosebi pe cei doi Alexandr, prinţului bulgar i se spunea „Sandro". De altfel, în copilărie Sandro l-a vizitat de numeroase ori pe ţar, la Sankt Petersburg, datorită afecţiunii pe care i-o purta unchiul. Când ruşii au câştigat războiul contra turcilor, Bulgaria a devenit principat autonom, creându-se tronul Bulgariei pentru un prinţ autohton. La recomandarea ţarului Rusiei, politicienii bulgari l-au ales în unanimitate pe prinţul Alexandr drept lider al noului principat.

Prinţul şi soţia, Johanna Loisinger

La vremea aceea, viitorul prinţ era locotenent în corpul de gardă din Prusia. După ce a aflat că a fost ales, el a făcut un turneu de curtoazie în care s-a întâlnit cu ţarul şi cu sultanul, apoi a depus jurământul la Trnovo şi s-a îndreptat spre Sofia. Cronicile spun că pe unde trecea, Alexandr era primit cu multă simpatie de populaţie, ca un salvator de la care se aşteaptă foarte multe îmbunătăţiri ale vieţii sociale. Numai că noul lider s-a lovit de presiunile care veneau din Rusia şi de problemele din interiorul ţării, el neavând nici un fel de experienţă politică.

În mijlocul jocurilor politice

Din raţiuni politice, anumite cercuri imperiale au încercat să-l căsătorească cu prinţesa Viktoria de Prusia. Numai că acest plan „strategic", deşi era susţinut de regina Victoria a Marii Britanii, nu era susţinut de cancelarul Otto von Bismarck şi nici de kaiserul Wilhelm I al Imperiului German. Şi asta din cauza faptului că ţarul Rusiei Alexandr al III-lea (verişorul prinţului bulgar) şi-ar putea pierde influenţa în Bulgaria.

Probabil, sătul de jocurile politice din jurul său, prinţul Alexandr face o mutare curajoasă în 1881, suspendând Constituţia şi arogându-şi puteri depline. Politicienii bulgari au considerat acest gest politic drept o tentativă de a normaliza ţara şi au acceptat o durată de şapte ani de conducere personală. Dar lucrurile au luat o întorsătură nefavorabilă prinţului din cauza amestecului rusesc în politica din Bulgaria.

Alexandr renunţă la puteri depline în 1883, tocmai pentru a diminua influenţa ţarului Rusiei. A fost gestul care a repus Constituţia în acţiune şi care a trezit sentimentul naţional al bulgarilor. În consecinţă, în 1885, după o revoltă locală, Rumelia de Est se uneşte cu Bulgaria – fapt recunoscut şi de sultanul Abdul Hamid al II-lea în 1886. În acelaşi timp, prinţul Alexandr se mai remarcă prin victoria asupra sârbilor, care invadaseră teritoriul bulgar, fiind conduşi de regele Milan al Serbiei.

Tulburările politice din interiorul ţării au condus, în 1886, la o revoltă a militarilor. Un complot al ofiţerilor superiori a avut drept consecinţă abdicarea prinţului Alexandr, arestat în palatul regal din Sofia. În cele din urmă, el a fost lăsat să plece în exil sub protecţie rusească. A murit la 36 de ani, în Elveţia. Interesant este că în timpul schimbărilor politice din Bulgaria, cancelarul Bismarck a avut o influenţă aparte, el fiind împotriva revenirii pe tron a prinţului alungat.

Fotodocument

Cazemata de coastă „Fritz Todt"

Una dintre cele mai puternice fortificaţii ale Zidului Atlanticului a fost cazemata (cu patru compartimente) poreclită „Bateria Fritz Todt" (numele inginerului proiectant), cu ziduri de 3,5 metri de beton. Hitler se temea de o invazie a teritoriilor ocupate de nazişti dinspre sudul Angliei. Această cazemată se situa în zona Pas de Calais din nordul Franţei şi avea la dispoziţie un tun de calibru 380 mm Krupp. Ţeava are 19,36 metri, iar proiectilul putea ajunge la 36 de kilometri distanţă, cu o viteză de 820 metri pe secundă.

HITLER
şi Zidul Atlanticului

Aşa cum în China împăraţii au ordonat construcţia unui colosal zid de protecţie la graniţă, Adolf Hitler s-a decis la rândul său să construiască un sistem de fortificaţii de coastă, de-a lungul malurilor Atlanticului, de la graniţa Franţei cu Spania şi până în Norvegia. Dictatorul nazist se credea un mare strateg şi anticipa o invazie de pe ocean a trupelor aliate, conduse de trupele britanice. Dar războiul a arătat că gândirea lui Hitler a fost depăşită de adevăraţii strategi ai celui de-al Doilea Război Mondial care au dat lovitura de graţie Germaniei naziste prin Debarcarea din Normandia, la 6 iunie 1944.

Construcţie faraonică

La 23 martie 1942, Hitler emitea „Führer Directive nr.40" prin care ordona realizarea „Zidului Atlanticului" de-a lungul coastelor Atlanticului, din Franţa ocupată şi până în peninsula Scandinavică. Cele mai mari fortificaţii aveau să fie construite în Insulele Canalului (Channel Islands), din Canalul Mânecii, cele mai apropiate teritorii ocupate de nemţi faţă de Anglia (de unde se presupunea că va porni atacul). Hitler fusese foarte supărat de succesul atacurilor cu amfibii şi artilerie de pe mare asupra marelui şantier naval St. Nazaire (13 aprilie 1942), când aliaţii (în special trupe britanice ale Marinei Regale de suprafaţă şi de adâncime) au distrus nave germane importante. Pentru regatul Unit, „Operaţiunea Chariot" de atac asupra „docurilor uscate" St. Nazaire din Normandia fusese un succes militar şi de moral.

Înfricoşat de puterea de asalt de pe mare a britanicilor şi americanilor, Hitler l-a chemat pe cel mai competent om în materie de strategie defensivă, feldmareşalul Erwin Rommel, să examineze planurile şi construcţiile făcute de Organizaţia Todt (cea care realizase şi „Linia Siegfried" de la graniţa franco-germană în Primul Război Mondial). Iar Rommel a fost nemulţumit de ideile proiectantului şi şi-a impus propriile idei de fortificaţii. Aşa s-a ajuns, la ordinul celui ce avea să fie numit „Vulpea deşertului" (pe frontul din Africa de nord) să fie construite edificii, tunele şi depozite militare demne de Egiptul antic.

Buncăr în nordul Franţei

Sute de buncăre, cazemate, construcţii subterane şi dispozitive de apărare antitanc şi antiamfibii şi cuiburi de mitraliere grele şi medii au fost durate prin munca forţată a zeci de mii de prizonieri. Tot la ordinul lui Rommel, la data Debarcării din Normandia a aliaţilor, Germania nazistă plantase în nordul Franţei peste şase milioane de mine. De altfel, câmpurile de mine erau o specialitate a lui Rommel... Numai că feldmareşalul s-a întrecut pe sine. Având mână liberă de la Hitler, el s-a gândit că o invazie de pe mare ar putea fi oprită cu stâlpi ascuţiţi din beton şi din lemn contra paraşutiştilor şi cu obstacole tereste din piatră împotriva planoarelor (la care englezii erau experţi) care ar fi ajutat desantul cu trupe şi muniţie... După cum se ştie, aliaţii au evitat cu uşurinţă toate fortificaţiile, inclusiv pe cele formidabile din Channel Islands, şi au debarcat cu succes în iunie 1944.

Cazemată şi depozit de muniţie şi artilerie uşoară

Muzeu în aer liber

Fortificaţiile germane reprezintă astăzi puncte de atracţie turistică, în special în Franţa. Multe buncăre supravieţuiesc şi în Peninsula Scandinavă şi astăzi autorităţile sunt interesate de prezervarea acestor vestigii ale războiului. Fortificaţiile de pe insula Alderney (Channel Islands) au cedat ultimele (16 mai 1945), garnizoana nazistă predându-se după ce s-a aflat de moartea lui Hitler.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Astăzi în istorie

10 aprilie 1864

Maximilian I devine împărat

În urma unei campanii începute în 1861 — când trupele franceze invadează Mexicul din ordinul lui Napoleon al III-lea —, prinţul Maximilian Joseph este proclamat împărat al Mexicului la 10 aprilie 1864. În acest mod, se deschidea calea monarhică în acea ţară care înainte de atacurile franceze era republică.

Contextul istoric al întronării lui Maximilian I (1832-1867) a fost următorul: preşedintele Benito Suarez a refuzat să mai plătească datoriile către ţările debitoare: Marea Britanie, Spania şi Franţa. Situaţia a determinat Franţa să înceapă ceea ce unii istorici au numit „aventura mexicană". Napoleon al III-lea a dorit să instaureze o monarhie în fruntea căreia să fie Maximilian, fiul arhiducelui Franz Karl şi al prinţesei Sophia de Bavaria. Astfel, în Mexic s-a instaurat dinastia Habsburg-Lorena. Zvonuri neconfirmate spuneau că Maximilian ar fi fost fiul nelegitim al lui Napoleon al II-lea (fiul lui Bonaparte).

Maximilian I a primit o educaţie excepţională, el fiind sub atenta îndrumare a mai multor profesori până la 17 ani, devenind un distins intelectual.

Datorită calităţilor sale intelectuale şi fiind un bun ofiţer de marină, Maximilian a fost văzut ca întemeietor al unei dinastii în Mexic — ambiţie pe care el n-a manifestat-o de la început. Numai că destinul acestui tânăr monarh a fost unul tragic. Victoria francezilor asupra trupelor mexicane republicane n-a fost definitivă. Suarez avea de partea lui mulţi adepţi şi SUA, prin George Washington, îl sprijinea. După terminarea Războiului Civil din SUA, americanii i-au susţinut pe republicanii mexicani şi în cele din urmă i-au învins pe regalişti. Şi asta pentru că Maximilian s-a văzut părăsit de însuşi Napoleon al III-lea, care şi-a retras trupele din Franţa pentru a se apăra contra ameninţărilor Prusiei şi ale cancelarului Otto von Bismarck (Napoleon al III-lea a pierdut Războiul Franco-Prusac şi a abdicat în 1870).

Soţia lui Maximilian a colindat Europa în căutarea unui sprijin pentru soţul său, dar nu a avut succes. Maximilian a refuzat să plece din Mexic şi forţele republicane ale lui Benito Suarez l-au luat prizonier şi l-au condamnat la moarte. Cu toate că şi Victor Hugo şi Garibaldi au intervenit, el a fost executat prin împuşcare. Avea 34 de ani.

Descoperiri aproape de noi

OPINII din spaţiul rusesc DESPRE NEPĂMÂNTENI

Andrei Kisliakov este un jurnalist de ştiinţă rus, specializat, între altele, în domeniul industriei militare. În urmă cu câtva timp el a scris pentru agenţia de presă RIA Novosti un articol intitulat „Nepământenii sunt deja aici!".

Articolul din care spicuim câteva idei în cele ce urmează, începe cu afirmaţiile surprinzătoare „lumile extraterestre pot exista la o distanţă de miliarde de ani lumină, dar şi pe fundul ceştii dumneavoastră de cafea". Autorul continuă subliniind că cercetarea recentă chimică şi biologică sugerează că viaţa extraterestră poate exista peste tot în jurul nostru şi chiar în interiorul organismelor umane. Desigur, în acest caz el vorbeşte de microorganisme, nu de inteligenţă sau de civilizaţii.

Biologii au aflat, cu mult timp în urmă, că o seamă de vietăţi de dimensiuni microscopice, inclusiv bacterii, pot supravietui într-un mediu considerat înainte mortal. Cercetatorii de la Universitatea din Arizona sugerează că microorganisme extraterestre, care au călătorit în interiorul unor asteroizi, au fost capabile să reziste la îngheţul apropiat de zero absolut din spaţiul cosmic, precum şi la temperatura mistuitoare din timpul intrării în atmosferă, pentru a se aşeza şi a se înmulţi apoi pe suprafaţa terestră. Mai mult decât atât, se pare că astfel de microorganisme sosesc tot timpul, chiar şi la ora actuală.

Biochimiştii spun că diverse forme de viaţă extraterestră puteau să apară pe Pământ, ca urmare a mai multor procese evolutive, şi că ele locuiesc încă, fie printre noi, fie chiar în interiorul organismelor umane, fără a putea fi văzute cu ochiul liber.

Oamenii de ştiinţă au început să pună la îndoială acea teorie evoluţionistă care porneşte doar de la condiţiile pentru apariţia vieţii care au existat la începuturi pe planeta noastră. Noile date privind rezistenţa microorganismelor în spaţiu pot revoluţiona înţelegerea noastră privind originea vieţii.

Conceptul de viaţă extraterestră şi teoria că viaţa pe Pământ şi-ar putea avea originea în spaţiul cosmic ar primi un sprijin suplimentar în cazul în care oamenii de ştiinţă ar reuşi să demonstreze că viaţa terestră a trecut prin mai multe cicluri evolutive. În acest caz, ar fi oportun să ne interesăm unde se ascund diversele forme de viaţă extraterestră şi de ce acestea nu au fost reperate până în prezent.

Totul vine din spaţiu

Oamenii de ştiinţă consideră că, din cauza proceselor lor biochimice neobişnuite, microorganismele nepământene pot prospera în lacuri acide sau în preajma fisurilor vulcanice de pe fundul mării. Ele nu au fost descoperite încă din cauză că metodele biochimice actuale sunt gândite să detecteze doar formele de viaţă cunoscute.

Se pare că anumite microorganisme nepământene, de zece ori mai mici decât bacteriile terestre, pot fi responsabile pentru diverse boli umane care încă nu sunt tratate. De exemplu, acestea ar putea provoca pietre la rinichi. Oamenii de ştiinţă trebuie să găsească noi modalităţi de a detecta aceste forme de viaţă.

Chimişti italieni de la Universitatea din Torino au ajuns la o concluzie senzaţională şi anume că numeroşi aminoacizi au fost, probabil, aduşi pe Pământ din spaţiu, devenind apoi importante cărămizi componente ale tuturor organismelor vii. Calcule de chimie cuantică au sugerat că aminoacizii, care proveneau din interiorul norilor de gaz şi praf din adâncul spaţiului, puteau ajunge pe Pământ, lipiţi de praful interstelar, într-o perioadă în care aici existau deja condiţiile principale pentru apariţia vieţii.

Oamenii de ştiinţă mexicani care lucrează în acest domeniu au confirmat concluziile colegilor lor italieni. Ei spun că aminoacizii nu sunt distruşi în spaţiul interstelar şi că unii dintre aceşti compuşi extraterestri puteau să ajungă pe Pământ.

Se pare că, în căutarea vieţii extraterestre, în afară de organizarea de misiuni spaţiale extrem de costisitoare şi periculoase, omenirea ar trebui să se aplece şi asupra planetei sale de baştină. Chiar dacă deocamdată nu am găsi aici prezenţa vieţii extraterestre, ea putea exista pe Pământ cu mult timp în urmă şi să dispară dintr-un motiv necunoscut. Urme inexplicabile din interiorul straturilor geologice ar putea permite oamenilor de ştiinţă să depisteze forme de viaţă extraterestre. În cazul în care astfel de microorganisme au avut un metabolism diferit, acestea puteau influenţa chimia rocilor sau puteau crea depozite de minerale într-un mod diferit de cel caracteristic organismelor vii cunoscute.

Această ipoteză face imperativă explorarea atentă a Pământului, în primul rând a zonelor îndepărtate şi a celor cu condiţii nefavorabile, în căutare de noi forme de viaţă exotice. Este cunoscut faptul că în fiecare oră dispar 17 specii de animale, inclusiv unele necunoscute anterior. Dacă teoria microorganismelor extraterestre va fi dovedită, va deveni evident că planeta noastră şi spaţiul cosmic au fost întotdeauna legate între ele.

Deşi agenţia RIA Novosti precizează că opiniile din acest articol aparţin autorului şi nu reprezintă în mod necesar punctul de vedere al agenţiei, câteva sondaje publicate de aceeaşi agenţie în 2012 şi 2013 ilustrează interesul mediei din Rusia pentru subiectul contactelor extraterestre.

Conform unuia dintre sondaje, aproape 40 la sută dintre ruşi cred în fenomene supranaturale; această cifră este mai mare în rândul femeilor şi a celor care s-au declarat religioşi. 22 la sută dintre ruşi cred în semne şi în horoscoape, dar numai 6 la sută cred în extratereştrii şi doar 2 la sută în zombi. Dintre atei, doar 7 la sută au încredere în horoscoape. Creştinii ortodocşi ruşi alcătuiesc cea mai mare parte a celor care cred în semne (26 la sută), comparativ cu 13 la sută în rândul adepţilor altor religii şi 7 la sută în cazul ateilor. Dar 57 la sută dintre cei chestionaţi au spus că nu cred în niciunul dintre fenomenele menţionate.

Un alt sondaj a fost realizat pentru RIA Novosti în cinstea Zilei Cosmonauticii, comemorând primul zbor în spaţiu, al lui Iuri Gagarin, în 12 aprilie 1961. Conform sondajului, aproape unul din patru ruşi (23 la sută) se aşteaptă ca rasa umană să fie contactată de reprezentanţi ai unei civilizaţii extraterestre în următorii 50 de ani. Totuşi, majoritatea ruşilor (53 la sută) au spus că nu cred în extratereştri. Fundaţia pentru Opinia Publică, cea care a realizat sondajul, a adăugat că „Cei care cred că un contact cu extratereştri ar fi benefic pentru omenire au fost de două ori mai mulţi decât cei care cred contrariul". Sondajul, care a chestionat 1.500 de respondenţi, a avut o marjă de eroare de cel mult 5 la sută.

Tot RIA Novosti anunţa, pe 2 octombrie 2013, că Serghei Berejnoi, consilier al comandantului Centrului de control spaţial Titov, a declarat la Krasnoznamensk (regiunea Moscova) că Rusia nu ar fi în stare să reacţioneze dacă Pământul ar deveni ţinta unei invazii extraterestre. Autorităţile ruse de apărare aerospaţială nu au fost însărcinate să se pregătească pentru eventualitatea unui atac venit din spaţiul cosmic. „Sunt destule probleme pe Pământ şi în spaţiul din apropierea Pământului", a declarat Berejnoi, ca răspuns la întrebarea unui reporter.

Contacte benefice

Ţările cu capacităţi spaţiale sunt, în orice caz, limitate în a construi facilităţi militare dincolo de limitele planetei, a continuat el. În conformitate cu termenii Tratatului din 1976 privind spaţiul cosmic, la care Rusia este semnatară, se stipulează că statele nu pot plasa pe orbită arme de distrugere în masă, deşi armele convenţionale sunt permise.

Centrul de control spaţial Titov, care este condus de către Forţele de Apărare Aerospaţială din Rusia, este principala facilitate de control a sateliţilor militari şi comerciali ai ţării. Centrul operează în prezent aproximativ 80 la sută din navele spaţiale orbitale ruseşti.

O altă declaraţie interesantă pe problematica extraterestră îi aparţine lui Vsevolod Chaplin, un înalt cleric, foarte influent, în Biserica Ortodoxă a Rusiei, preşedintele Departamentului Sinodal al Patriarhiei de la Moscova pentru cooperarea dintre Biserică şi Societate. În aprilie 2013, în cadrul unui interviu pentru agenţia RIA Novosti, el a fost întrebat care este atitudinea bisericii ortodoxe ruse faţă de ufologie. Răspunsul său a fost că îngerii şi demonii există într-adevăr, dar oamenii care i-au întâlnit i-au confundat adesea cu „aşa-numiţii extratereştrii". Îngerii şi demonii „sunt creaturi reale cu care oamenii vin uneori în contact atunci când aceştia li se dezvăluie". Venind vorba în interviu despre meteoritul care a căzut de pe teritoriul Rusiei în februarie 2013, Chaplin a spus că oamenii ar trebui să-şi amintească în permanenţă că viaţa este fragilă, „chiar şi fără niciun meteorit. (...) Noi ar trebui să fim întotdeauna gata să stăm în faţa judecăţii lui Dumnezeu".

Prelatul a spus că ar mai trebui să luăm aminte la faptul că există oameni de ştiinţă care sugerează că Soarele şi întregul Univers se rotesc în jurul Pământului „nu într-un sens fizic, ci într-un sens logic"... Conform lui Chaplin, această viziune semnifică faptul că lumea este astfel creată încât viaţa inteligentă să populeze un spaţiu care este proporţional mic în comparaţie cu dimensiunile universului.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Vrăjitoarea care mergea pe tavan

Întâmplarea s-a petrecut în Bretania (Franţa), nu departe de localitatea Allineuc, în 1999. Ginette, o femeie în vârstă, locuia singură într-o casă foarte veche şi şi-a păstrat atât omenia şi demnitatea, cât şi postura fizică verticală şi facultăţile mintale, până la moartea survenită în anul 2001. Doar o consăteană, Marie Combiard, o vizita zilnic, aducându-i mâncare şi ţinându-i companie, dar nimic nu a lăsat vreodată să se presupună că bătrâna ar fi fost bântuită de germeni ai nebuniei ori altceva similar. Dimpotrivă, ea nu-şi dorea decât să îşi sfârşească zilele simplu, uşor, în linişte deplină. Totuşi, lucrurile au stat cu totul altfel...

Într-o dimineaţă, Marie a venit să facă puţină curăţenie în casa Ginettei, când a simţit o puternică nelinişte inexplicabilă, întreaga locuinţă părând încărcată de o atmosferă apăsătoare, ceva ca o ameninţare iminentă. I-a împărtăşit gazdei senzaţiile sale neplăcute, iar aceasta i-a mărturisit că simţea la fel, adăugând o afirmaţie şocantă: „Asta se întâmplă de când Doamna vine la căpătâiul meu să mă privească şi mă sperie." La insistenţele Mariei de a vorbi mai mult despre bizara prezenţă, a îngăimat câteva vorbe fără şir, care nu indicau nimic clar, decât că de vreo lună, o femeie al cărei chip nu-l putea vedea venea lângă patul ei şi o privea tăcută, transmiţându-i o teamă puternică. Persoanele cărora Marie le-a vorbit despre strania destăinuire au avut o singură reacţie: „bătrâna îşi pierde minţile". Ea însă avea o părere contrară, confirmată după numai o săptămână de o întâmplare ce a bulversat-o.

Ginette se îmbolnăvise şi a chemat-o pe Marie într-o după-amiază, aceasta găsind în casă o dezordine nefirească. La nedumerirea ei exprimată verbal, bătrâna a răspuns: „Femeia asta, ea vine şi mă sperie, dar nu pot să-i văd faţa..." Atunci a început şi ea să se îndoiască de deplinătatea facultăţilor mintale ale gazdei, totuşi nu-şi putea explica în ce fel Ginette, la vârsta ei, bolnavă la pat, se putuse ridica şi mişcase din loc mobila masivă (numai şifonierul de stejar cântărea peste 200 de kilograme!). În aşteptarea medicului, bolnava i-a mai destăinuit că terorizanta prezenţă era un fel de vrăjitoare, la fel ca în basmele pentru copii, numai că nu avea ochi, că venea noaptea lângă patul ei, târându-şi picioarele, şi nu o lăsa să se odihnească, motiv pentru care, de altfel, bătrâna şi slăbise mult, inexplicabil, în ultima vreme. Dar lucrul cel mai bizar pentru Marie era că ea însăşi simţea o prezenţă străină şi ameninţătoare în preajmă.

Un episod important al întâmplării s-a derulat în noaptea când Marie s-a hotărât să o petreacă la Ginette. S-au culcat pe la 22: 30 aşteptând să se întâmple ceva, dar până dimineaţă nu a apărut nimic neobişnuit. Bătrâna şi-a cerut scuze pentru agitaţia generată şi timp de două săptămâni totul a părut că revine la normal. Într-o dimineaţă însă, Marie a găsit-o în picioare, în dreptul uşii, cu o privire goală şi mirosind puternic a urină. „Femeia aia umblă pe tavan, mi-e tare frică. Îţi jur, Marie, merge pe tavan, dintr-o parte în alta!", a îngăimat ea, apoi a avertizat-o, cuprinsă de panică: „Nu te duce în cameră, e încă acolo!" Celeilalte i-a îngheţat sângele în vine când lucrurile au luat-o razna. „E chiar în spatele tău!", a strigat Ginette, arătând cu degetul în direcţia semnalată. Marie s-a întors brusc şi a încremenit de groază. Într-adevăr, o femeie hidoasă, fără chip, o siluetă întunecată înveşmântată într-o rochie cenuşie aproape că alerga dintr-o parte în alta a tavanului, agitându-şi nebuneşte capul, ca şi cum ar fi fost cumva dezorientată şi grăbită să găsească „ceva" nedefinit. În şocul ce îi anihilase orice mişcare, Marie a observat totuşi că apariţia părea să vorbească, însă nu a distins decât injurii scabroase şi vorbe rostogolite haotic într-un soi de limbă străină ciudată.

Revenindu-şi puţin din groaza cumplită, Marie a înhăţat-o pe bătrână de talie şi a scos-o din casă, alergând spre satul vecin, fără să privească înapoi. S-a întors după două zile însoţită de jandarmi şi de primar. Au găsit casa devastată, cu toate lucrurile distruse dintr-un capăt în celălalt. Nimeni nu a crezut cele relatate de victimele terifiantei întâmplări, iar jandarmii au concluzionat că se aflau de fapt în faţa urmărilor unui jaf comis cu violenţă. Apoi, Marie nu a mai putut vorbi despre aceasta cu Ginette, care a murit în spital, nu după mult timp, din cauza unui cancer generalizat. Între timp, casa a fost reparată şi vândută, dar nu s-a mai auzit nimic despre oribila apariţie fără chip. Cât despre Marie, o femeie foarte credincioasă, a ales într-un târziu să facă totuşi cunoscute toate cele de mai sus, cu singura speranţă că astfel îşi va elibera şi îşi va uşura mintea de amintirea întâlnirii cu diabolica făptură apărută din cine ştie ce lumi nepământeşti.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

Alergiile de primăvară

Ne mai desparte o filă de calendar şi pomii deja înfloriţi ne duc cu gândul la teii ce lasă un parfum îmbătător. Nu toţi trecem însă cu bine de luna florilor. Unii sunt alergici, strănută, le curge nasul, în timp ce sinusurile sunt inflamate.

Vă aflaţi în faţa unei crize, crize spasmodice. Respiraţi mai greu, faceţi o alergie la florile de mai, aveţi ochii roşii, lacrimile sunt abundente, aveţi şi dureri de cap. De fapt, acestea sunt date de iritarea globilor oculari. Apar dureri ce se simt profund. Florile, plantele, arborii ce îşi răspândesc comorile de flori şi polen provoacă, în cazul celor sensibili, rinita sezonieră de care unii scapă după un sezon, în timp ce alţii o duc întreaga viaţă.

De vină, sunt factorii imunitari. Tinerii fac des alergii, dar trec peste ele, în timp ce persoanele mature sunt călite, dar formele de manifestare a bolii sunt lente, latente şi câteodată letale, spre 80-90 de ani. Unele alergii ce se manifestă lent pot însoţi un astm bronşic. Cei suferinzi de plămâni pot face uşor forme complicate de alergie. Se intervine cu un desensibilizant. Persoana este scoasă din mediul respectiv. Este de preferat o cură montană, la o salină, pentru uşurarea respiraţiei, pentru a se fluidifica secreţiile şi a ajuta plămânul să respire. Pentru copii, important este să nu stea numai în casă. În praful din casă sunt mulţi alergeni, acarieni, ce pot îmbolnăvi în timp copilul care nu este imun.

Cronicizarea bolii este privită cu gravitate, se fac instilaţii rinofaringiene, cu un antibiotic cât şi instilaţii ale sinusurilor. Se fac analize pentru ca boala să regreseze. Febra fânului, cum este numită, duce în timp la transformarea adolescentului în bolnav de astm.

Alergiile permanente sunt cele care au găsit un teren favorabil. Copilul a fost ţinut în casă, nu a avut contact cu factori imuni sau care să îi ajute dezvoltarea fizică şi rezistenţa la boli. Copilul a fost bolnăvicios, a luat medicamente care distrug flora microbiană de apărare, a suferit operaţie de îndepărtare a amigdalelor. Rinita all season, cea care apare oricând în an, debutează cu dureri de cap, nas înroşit, apoi nasul curge cu secreţii apoase, tuse, lăcrimări ale ochilor. Victima se plânge că are „nisip" în ochi, îşi freacă pleoapele, ochii se înroşesc, sacul lacrimal devine sărac.

De remarcat este rinita, all season, combinată cu astmul bronşic, care poate duce la infecţii. În timp, se asociază cu infecţii ale bronhiilor, cu crize spasmodice ale lobilor pulmonari. Referindu-ne la aparatul respirator, la căile respiratorii superioare, apar rinosinuzite, infecţii şi ce este mai grav, infecţia cuprinde lama ciuruită a etmoidului.

Dr. VALERIU MANTA

Irezistibilă

Imaginile alăturate vă prezintă câteva ţinute speciale care, cu certitudine, vă fac irezistibilă.

O vestă din dantelă purtată eventual cu un pantalon minuscul, din piele şi altă vestă, fără mâneci, vă vor pune în valoare supleţea şi frumuseţea trupului.

La fel, cu o rochie fluidă din muselină, purtată cu pantofi cu tocuri foarte înalte puteţi testa gradul de senzualitate.

Jocul ultra şic, cu piese albe purtate cu pantaloni negri, de exemplu, poate fi încă o dovadă de rafinament.

Pentru dumneavoastră, doamnă

Dieta raw vegan, sub lupă

Un regim vegetarian bazat pe multe leguminoase, salate verzi, fructe, nuci şi seminţe este probabil cel mai bun mod de alimentaţie prin care să ajungi sănătos la vârste venerabile.

Dr. Cristian Panaite, medic nutriţionist, devine ceva mai conciliant. Se poate obţine aceeaşi performanţă şi cu un regim variat, ce include de 2-3 ori pe săptămână lactate sau carne cu conţinut scăzut de grăsimi, alături de salate generoase, legume şi de celelalte vegetale menţionate mai sus.

Dar, oricât de valoroase ar fi dietele vegetariene, nu acelaşi lucru se poate spune despre o variantă „extremistă" a dietei vegetariene, cea care constă doar din alimente nepreparate termic. Oare plusul de sănătate al acestei diete merită efortul considerabil depus?

Adepţii stilului vegan crudivor sunt, de fapt, un fel de „extremişti alimentari" care refuză toate alimentele de origine animală şi orice preparat termic la peste 40 de grade. De ce?

Pentru o viaţă fără boli şi pentru menţinerea tinereţii. Să fie aceasta soluţia?

Iată trei mituri promovate de veganii crudivori, pe care dovezile ştiinţifice le infirmă.

Aceştia consideră în primul rând că *nutrienţii sunt distruşi prin preparare termică.* Într-adevăr, vitamina C, spre exemplu, este parţial distrusă prin preparare termică. Pe de altă parte, unele substanţe nutritive devin mai uşor de absorbit de organism prin gătire. De exemplu, avem de trei ori mai mulţi antioxidanţi din morcovi fierţi decât din cei cruzi. Sau mai mult licopen din roşii coapte. Fermentarea creşte absorbţia de minerale din produsele de cereale, iar coacerea (fără ulei!) anumitor nuci şi seminţe creşte absorbţia mineralelor.

Un alt mit promovat de adepţii acestei diete: ***dieta crudivoră asigură toţi nutrienţii necesari organismului.*** În acest moment nu există nicio dovadă clară că dietele crudivore sunt superioare altor diete combinate. De fapt, dovezile publicate care există până în prezent arată contrariul. Singurul studiu alimentar din domeniu arată că dietele alimentare crudivore duc la deficit de energie, de proteine, de vitamine B12 şi D, calciu, seleniu şi zinc.

Al treilea mit susţine că: *la fel ca strămoşii noştri, avem nevoie de enzimele din plantele crude.* Ei bine, enzimele din plante sunt, de fapt, dezactivate de acidul gastric, dar, chiar dacă nu s-ar întâmpla aşa, nu suntem plante, nu avem nevoie de enzime vegetale. De fapt, corpul nostru produce toate enzimele de care avem nevoie pentru a funcţiona din proteinele pe care prepararea termică le face mult mai digerabile.

Pe de altă parte, o dietă bazată pe fructe cultivate în prezent nu este suficient de hrănitoare. Acestea sunt, nutriţional vorbind, o umbră palidă a fructelor sălbatice consumate de strămosii noştri.

În concluzie, mănâncă o combinaţie echilibrată de alimente crude şi preparate. Cât mai multe de origine vegetală.

Să „furăm" din regimul raw vegan salatele verzi, legumele şi fructele proaspete. Aici este beneficiul major al dietei raw vegan de care ne putem bucura şi dacă nu îl adoptăm în totalitate.

Dosarele frumuseţii

Piele suplă şi catifelată

Dacă obrazul dmneavoastră trădează urme de oboseală iar la „capitolul" prospeţime nota obţinută ar fi mediocră, vă sugerăm câteva soluţii de ameliorare cu efect rapid.

1. Se impune în primul rând o vitaminizare a organismului. Pentru aceasta beţi zilnic un cocktail preparat din 2-3 portocale şi un grapefrut. Altă soluţie: mâncaţi o salată din frunze de pătrunjel sau 2-3 fructe de kiwi pe zi. Toate ingredientele sugerate au un conţinut ridicat de vitamina C, care ajută la regenerarea ţesuturilor şi participă la sinteza fibrelor de colagen.

2. Pregătiţi-vă câteva „cuburi magice": preparaţi un ceai concentrat din flori de gălbenele. Lăsaţi-l la infuzat 20 de minute, strecuraţi, lăsaţi la răcit, apoi turnaţi în tăviţa de plastic pentru cuburi de gheaţă şi puneţi la congelator. În fiecare dimineaţă şi seară faceţi un masaj cu un cub de gheaţă în jurul ochilor, pe faţă şi pe gât, timp de câteva minute. Masajul va da un aspect de prospeţime feţei şi va avea un efect pe termen lung. Pielea devine netedă şi pare întinerită.

3. La interval de 2-3 zile faceţi un masaj uşor pe faţă cu o linguriţă de miere în care adăugaţi o linguriţă de suc de portocală. Lăsaţi masca pe faţă să acţioneze timp de 20 de minute, apoi spălaţi cu apă călduţă. Această mască regenerează, hrăneşte şi hidratează pielea în profunzime.

4. Nu uitaţi să tonificaţi şi zona decolteului. Pentru a avea un decolteu apetisant, aplicaţi seara, după duş, prin masaj uşor, ulei de migdale. Tonifică şi redă elasticitatea pielii, este regenerant al ţesuturilor.

5. Dacă aveţi coşuri, iată o soluţie de urgenţă": tamponaţi-le cu suc proaspăt de ceapă. Dacă respingeţi ideea, ţinând cont de mirosul nu prea agreabil, încercaţi altă soluţie: dizolvaţi o aspirină în foarte puţină apă şi tamponaţi locul. Lăsaţi peste noapte să acţioneze, iar dimineaţa spălaţi bine.

6. Săptămânal faceţi un gomaj al tenului. Folosiţi, fie 3 linguri de tărâţe de grâu înmuiate într-un albuş de ou, fie doar albuş de ou fiert.

7. După gomaj aplicaţi o mască pregătită dintr-o banană, 2 linguri de iaurt şi o linguriţă ulei de măsline. Aplicaţi masca pe faţă şi pe gât şi lăsaţi-o să acţioneze timp de 20 de minute. Clătiţi alternativ cu apă caldă, apoi rece. Pielea devine suplă şi catifelată.

Gastronomice

Pui cu ananas

1 pui de 1 kg, 1 litru apă, 1 pahar vin alb, 1/2 pahar oţet de vin, sare, coriandru, oregano, dafin, 2 linguri ulei, piper, boia dulce, o cutie compot de ananas.

Puiul se ţine într-un baiţ format din apă, vin, oţet, sare şi mirodenii timp de o oră şi jumătate. Se lasă apoi câteva minute la scurs şi se introduce puiul pe o sticlă de bere umplută cu apă. Se unge cu un amestec de ulei, piper şi boia. Sticla se aşază vertical într-o cratiţă în care se toarnă baiţul. Puiul nu trebuie să stea în contact cu lichidul. Se pune în cuptorul încălzit şi se coace aproximativ o oră. Din când în când, se va unge cu lichidul din cratiţă. Compotul de ananas se încălzeşte cu puţin timp înainte de terminarea coacerii. După ce este gata, puiul se scoate de pe sticlă şi se serveşte cu ananasul aşezat într-un bol.

Salată de spanac

500 g spanac, 2 ouă, zeamă de lămâie, sare, 3 linguri ulei, o lingură hrean ras, o ceapă, pătrunjel verde.

Spanacul se spală în câteva ape, se scurge, apoi se taie fideluţă. Ouăle se fierb tari şi se lasă la răcit. Într-un bol se amestecă bine spanacul cu ulei, zeamă de lămâie, hrean, ceapa tăiată julien, ouăle tăiate felii şi verdeaţa tocată.

Ghiveci cu carne de vită

500 g carne vacă, 2-3 linguri ulei, 3 cartofi, 1 morcov, 2 ardei graşi, 2 cepe, o conopidă mică, 200 g mazăre, 200 g fasole uscată, 3-4 roşii, 1 ou, 1 pahar smântână, sare, piper, pătrunjel.

Carnea se spală, se taie în bucăţi şi se pune într-o cratiţă să se rumenească puţin. Se adaugă cepele tăiate peştişori, morcovii tăiaţi în rondele fine şi ardeii fideluţă. După ce totul a căpătat o culoare aurie se adaugă cartofii tăiaţi în cuburi, conopida ruptă în buchetele mici, mazărea şi fasolea fierte şi scurse de zeamă, apoi se toarnă 2 pahare cu apă sau zeamă de carne, se sărează, se piperează şi se lasă să dea câteva clocote la foc mic. Când cartofii sunt încă destul de tari, se aşază în cratiţă feliile de roşii, iar cratiţa se dă la cuptor pentru ca ghiveciul să scadă. Când este gata, se bate oul, se amestecă bine cu smântâna şi se toarnă peste ghiveci. Se mai lasă încă 10 minute în cuptor.

Tiramisu cu cremă de brânză

1 blat tort de cacao, 3 linguri cafea solubilă, 2 ouă, 100 g zahăr, 2 cutii de 200 g brânză cremă, 200 g smântână sau frişcă nebătută, 50 g cacao, 200 ml apă caldă.

Cafeaua se dizolvă în apă caldă şi se lasă la răcit. Într-un bol se bat cu mixerul ouăle cu zahărul, timp de 10 minute. Se adaugă brânza cremă, smântâna şi se mai amestecă încă 10 minute cu mixerul. Se taie blatul în două, se însiropează partea de jos cu jumătate de cafea şi cealaltă jumătatate cu restul de lichid. Se acoperă partea de jos a blatului cu jumătate din cremă, se suprapune cealaltă parte a blatului şi se acoperă cu restul de cremă. Pe deasupra se cerne cacao, folosind o sită mică. Se ţine la frigider cel puţin 4-5 ore înainte de a fi servit.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Faraon... roman

Pe un perete exterior al unui templu dedicat zeiței Isis aflat în Shanhur, la 20 de kilometri nord de Luxor, a fost descoperit sub sedimente calcaroase un basorelief pe care este reprezentat împăratul roman Claudiu în costum de faraon. Poartă pe cap o coroană complexă ornamentată cu coarne de berbec pe care sunt aranjate plante și trei șoimi.

Acest tip de montură spectaculoasă figura în reprezentările suveranilor egipteni începând cu anii 332 î.Ch., în perioada în care Alexandru Macedon a cucerit regiunea. Un obicei adoptat de împărații romani care au pus ulterior stăpânire pe Egipt. Era un mod nu doar de a-și legitima puterea asupra teritoriilor ocupate ci și de a o întări.

Împăratul Claudiu, asemenea majorității celorlalți suverani romani care au stăpânit teritoriile de pe malurile Nilului și regiunile deșertice, nu a pus însă niciodată piciorul în Egipt.

Pe basorelief erau gravate și hieroglife care îl proslăveau și în care era numit „Fiul Zeului Ra, seniorul coroanelor, regele Egiptului Superior și Inferior".

O comoară fabuloasă?

Arheologul american John Romer caută de 40 de ani mormântul a trei faraoni aflat undeva în apropiere de Luxor. Și, în sfârșit, l-a localizat într-o faleza, la câțiva kilometri de importantul sit, după ce a descoperit roci de calcar inscripționate pe care le-a degajat de sedimente.

Hieroglifele indicau, printre altele, numele celor trei regi și anul în care a fost construit mormântul: 1085 î.Ch. În unele dintre documentele studiate de-a lungul veacurilor apăreau frecvent numele acestora și indicii legate de existența în camerele funerare a unor bogății fabuloase: sarcofage, tronuri și statui din aur, obiecte de alabastru...

Cu toate că faleza a fost pusă sub pază, trei jefuitori de morminte au fost arestați în timp ce se furișau prin apropiere.

John Romer așteaptă undă verde de la autoritățile Consiliului Suprem al antichităților din Cairo pentru a începe săpăturile. Șansele sunt însă reduse. În urmă cu două săptămâni o echipă de arheologi egipteni se afla la fața locului...

Actualitatea arheologică

Cea mai veche brânză din lume

Arheologii considerau că egiptenii, mesopotamienii și europenii sunt cei dintâi care au produs brânză în istoria umanității, în urmă cu peste 3 milenii,

bazându-se pe vagi indicii legate de metoda de închegare a laptelui. Nu au fost însă descoperite vestigii de brânză din acea vreme dat fiind faptul că acest aliment care se dezintegrează în scurt timp nu s-a conservat.

În urma unor săpături efectuate într-un sit din nord-vestul Chinei, în deșertul Taklamakan, au fost descoperite într-un cimitir morminte din epoca de bronz, săpate într-o uriașă dună de nisip în care au fost îngropate sute de corpuri mumificate introduse în sicrie din lemn masiv în formă de barcă, învelite cu piei de bovine, ferite de aer, apă și nisip. S-au păstrat intacte o mulțime de mumii, resturi de piele, păr, alături de vestigii din lână, semințe, coșuri împletite și substanțe lactate aflate la capătâiul și pe pieptul defuncților, o sursă de hrană, în aceste circumstanțe, pentru viața de apoi.

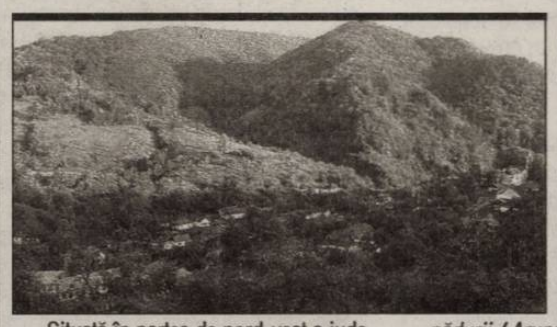
Analiza proteinelor și a grăsimilor de către chimiști de la Institutul Max Planck din Germania a relevat faptul că nu erau urme de lapte ci de brânză, o varietate fără lactoză. O brânză produsă în urmă cu 3600 de ani prin adaosul în lapte de bacterii și drojdie printr-un proces similar fermentației kefirului. Este vorba de cea mai veche brânză produsă și atestată.

DORIN MĂRAN

Drumeții și popasuri

Rusca Montană
vatra unui Monument al Turismului

Răsfirată de-o parte și de alta a Bistricioarei, la poalele Munților Poiana Ruscăi, undeva în apropiere de renumitul ținut al Pădurenilor, cu începuturi care se pierd în tot felul de legende, chiar la confluența dintre Banat și Ardeal, se află așezată o pitorească dar foarte puțin frecventată de turiști localitatea *Rusca Montană*. Uitându-ne în istorie aflăm că denumirea inițială a fost „Varnița", aici fiind construite primele cuptoare de topit fier, prin anul 1780.



Situată în partea de nord-vest a județului Caraș-Severin, la 35 km distanță de Cransebeș, având în componență și satul Ruschița (renumit pentru marmura extrasă de aici de sute de ani), puteți ajunge pe aceste locuri urmând drumul județean DJ 684. O localitate cu specific zonei de munte unde extracția de marmură, fier, argint, plumb dar și industria de prelucrare a lemnului au fost și încă mai sunt, pe cât se poate, ocupațiile de bază ale celor ce trăiesc pe aceste meleaguri.

Cu un relief foarte variat, între lunci, dealuri, vârfuri montane, cumpene de ape și zone depresionare, comuna *Rusca Montană* își definește existența încercând să atragă câți mai mulți vizitatori. Cele cinci biserici existente pe teritoriul acestei localități, ce reprezintă mai multe culte, sunt dovada elocventă că oamenii trăiesc în armonie și bună înțelegere. Se presupune că pe locul actualei biserici ortodoxe, ridicată la 1858, a existat un alt lăcaș de cult, deoarece Sfântul Antimis, găsit aici și care se află acum la Muzeul Mitropoliei Banatului, avea inscripționat anul 1786 și aparținea satului Ruskberg (Rusca Montană).

Punctul de atracție al comunei este un monument unic în Europa și anume, *Monumentul Turismului*, ce poate fi admirat chiar la intrare în comună când veniți dinspre Voislova. Ridicat în 1937 sub egida Clubului Turistic Bănățean din Caransebeș, și care a fost inițial amplasat în punctul numit „Șapte Izvoare", acest monument leagă localitatea Ruschița de locul Tăul Ursului și merge mai departe spre Vârful Padeș.

Un traseu turistic pitoresc, sălbatic, deosebit de atractiv. Pe frontispiciul monumentului vă întâmpină versurile inginerului silvic Vasile Magdos, un mare iubitor al naturii: *„Turistule, ajuns sub poala pădurii / Aruncă necazul și patima urii / Încearcă să prinzi din legile firii / Scânteia divină: virtutea iubirii"*, un îndemn demn de luat în seamă. Acest simbol din marmură al turismului este și va rămâne peste timp locul de pornire la drumeții pe aceste meleaguri bogate în frumuseți unice. O flacără a iubirii pentru natură dar și pentru oameni, ce stă de veghe la intrarea în Rusca Montană, după ce în 1984 a fost mutat, stăruie în tinerețe fără bătrânețe. La *Rusca Montană* tot „românul e frate cu codrul".

IOANA FLORIA

Amprente ale spiritualității

Biserica din Mogoșoaia

Istoria acestui sfânt așezământ este strâns legată de cea a castelului lângă care se află. Face parte din „Ansamblul Istoric Brâncovenesc" și are hramul „Sfântul Gheorghe".

Domeniul de la Mogoșoaia a fost cumpărat în secolul al XVII-lea de marele postelnic Constantin Brâncoveanu care a inițiat aici o amplă acțiune de construcție, desăvârșită după 1688 când a devenit domnitor al Țării Românești. Această acțiune a început prin ridicarea unei biserici-paraclis în apropierea conacului existent la vremea respectivă.

Dat fiind că biserica este situată în afara zidurilor de incintă, era numită de credincioși „Sfântul Gheorghe din Pajiște". A fost zidită de Constantin Brâncoveanu în 1688, cu puțin timp înainte de a deveni domn, la vremea când era mare logofăt, iar pe tronul țării se afla Șerban Cantacuzino, unchiul său din partea mamei. Numele acestuia din urmă este legat de inițierea și tipărirea, în 1688, a primei Biblii în limba română cunoscută și sub numele de „Biblia de la București".

Pisania bisericii, săpată în piatră, așezată în pridvor, deasupra pronaosului, menționează clar numele și rangul ctitorului „...o au ridicat și o au făcut Constantin Brâncoveanu vel-logofăt".

Construcția este în formă de navă, înălțată din cărămidă, zidurile laterale groase fiind legate între ele prin ziduri transversale și bolți cilindrice. Este împărțită în încăperile clasice: Altar, naos, pronaos, intrarea făcându-se printr-un pridvor susținut de opt coloane. Nu are abside cu excepția celei din zona altarului. În partea de nord a fost construit un turn adosat (lipit) înălțat până deasupra acoperișului. Are rol de clopotniță la care se poate ajunge pe o scară în spirală.

Exteriorul este zugrăvit simplu, fiind împărțit în două registre inegale de un brâu în relief. Registrul de sus este împodobit cu ocnițe iar cel inferior este străpuns de ferestre.

La 15 august 1714, domnia lui Brâncoveanu se sfârșește tragic, întregul complex fiind supus jafurilor, dar între 1830-1832 banul Grigore Brâncoveanu și soția lui, Safta, reușesc să repare biserica și să toarne un nou clopot.

În 1912 o parte importantă a complexului a fost cumpărată de prințul George Valentin Bibescu, un cunoscut aviator al vremii care, ca și soția sa, a acordat o mare importanță bisericii, în mod special tabloului votiv. Pictura datează din 1705 și a fost realizată de pictorul grec Constantinos. Tabloul votiv îi înfățișează pe Constantin Brâncoveanu și pe cei patru fii ai săi, Constantin, Ștefan, Radu și Matei, iar în partea stângă, pe doamna Maria, soția domnitorului și cele șapte fiice ale lor: Stanca, Maria, Ilinca, Safta, Ancuța, Bălașa și Smaragda. Icoanele împărătești au fost dăruite de noii ctitori în 1912.

În 1976 au avut loc ample lucrări de restaurare ale căror efecte au fost însă anihilate de cutremurul din 1977. De aceea lucrările de reconstrucție au fost reluate în 1978. Alte importante reparații și restaurări au fost realizate după 1990.

IRINA STOICA

Trista libertate a lui COURBET

Venus și Psyche

Autoportret

Când a împlinit cincizeci de ani, maestrul realismului francez Gustave Courbet (1819-1877) spunea: „Mi-am trăit viața în libertate și așa vreau să mor. Vreau să se spună după mine că nu am aparținut nici unui curent artistic, nici unei școli și nici unui regim decât regimului libertății”.

Patetismul acestei mărturisiri și dorința arzătoare de a fi un independent a fost, totuși, alterată de unele atitudini ale pictorului. Din păcate, tocmai devierile de la crezul său l-au condus spre tărâmul însingurării și nefericirii. Spirit liber și mândru, Courbet este cel care și-a deschis propria galerie – după mai multe refuzuri de a participa oficial la Salonul din Paris –, intitulând-o „Pavilionul realismului”. Iar una dintre importantele lucrări expuse acolo a fost monumentala pânză „Înmormântare la Ornans” (314 cm / 663 cm). Tabloul era dedicat înhumării bunicului său (din localitatea natală Ornans, vestul Franței), iar critica îl poreclise peiorativ „Înmormântarea romantismului”... Însă, neabătut de critici și de atitudini disprețuitoare – nonconformismul său îi atrăsese și porecla de „Provincial neșcolit” – Courbet nu se lasă convins de nici un curent, deși impresioniștii își făcuseră deja simțită prezența novatoare. Astfel, maestrul care venea din provincie să cucerească Parisul și-a căpătat și eticheta (oarecum disprețuitoare pentru acea epocă) de „socialistul”. Și asta pentru că în posteritate cea mai cunoscută compoziție a sa rămâne „Studioul pictorului” (1855).

Fata cu pescăruși

Dimensiunile uriașe ale compoziției care transformă atelierul pictorului într-o adunare a păturilor sociale (și anume 359 cm / 598 cm) dovedesc cât de multă afecțiune a consumat maestrul la realizarea capodoperei. Dar, pentru a face legătura cu „libertatea obligatorie” promovată de artist, trebuie să subliniem că pictorul își devoalează atitudinea politică clară de republican (bunicul său participase la Revoluția din 1789) și disprețul pentru Napoleon al III-lea (autodeclaratul împărat, figurat ca un bătrân stând pe scaun, cu câinele la picioare). Lângă suveranul care avea să abdice în 1870 stau membri ai păturii marginale a societății, precum prostituata și groparul. În dreapta „scenei” sunt intelectualii, cu prietenul său Baudelaire în prim-plan...

Femeie la baie

Tristețea libertății lui Courbet a atins apogeul abia când maestrul a fost cooptat printre liderii Comunei din Paris (1871), în care s-a implicat din cauza concepțiilor sale republicane. Ca ministru al artelor, Courbet a dispus demolarea și reamplasarea Columnei Vendôme – celebrul monument din Paris comandat de Napoleon Bonaparte în memoria victoriei de la Austerlitz (1805). Pictorul nu vedea cu ochi buni un succes al Imperiului Francez într-o republică democratică (cea proclamată după abolirea monarhiei în Franța). Dar puterea Comunei din Paris a fost efemeră, iar noile autorități l-au condamnat pe Gustave Courbet la plata lucrărilor pentru refacerea Columnei Vendôme, și anume 320.000 de franci. Incapabil să plătească, pictorul se autoexilează în Elveția. Disperat, maestrul își vede lucrările împrăștiate și singurătatea îl duce spre consumul exagerat de alcool. Nici nu mai apucă să plătească vreo rată către regimul președintelui Mac-Mahon și moare bolnav la numai 58 de ani... Libertatea afectată de atitudini politice radicale îl distrusese iremediabil.

Femei pe malul râului

O colecție specială

Îți trebuie multă inspirație și fantezie pentru a te apuca să colecționezi „pungi de vomă” din avioane și nave de croazieră. Olandezul Niek Vermeulen este mândru de ideea sa, mai ales că a intrat în Guinness Book cu numărul de 6.016 pungi de intervenție. Acestea aparțin unui număr de 1.142 aparate de linie din peste 160 de țări. Patruzeci de ani i-au trebuit colecționarului pentru nobilul său record de „saci pentru discomfort”.

ZIGZAG în timp și spațiu

• Sexy în uniformă

Una dintre cele mai notorii polițiste din lume este (a fost) Carol Shaya (foto), născută în 1970. Această femeie fermecătoare a intrat în celebra poliție din New York (NYPD) la douăzeci și unu de ani, în 1991. Și, așa cum se obișnuiește cu începătorii, a fost partener într-o patrulă

la o secție din cartierul Bronx. Nu se cunosc prea multe acte de bravură din acea perioadă. Însă după trei ani de meserie, Shaya a vrut să iasă din rutină și a acceptat să apară într-un pictorial din Play Boy. Avea toate dotările naturale pentru a face senzație, numai că această aventură ex-profesională i-a atras sfârșitul carierei. Ea apăruse în uniforma de polițist și cu însemnele NYPD.

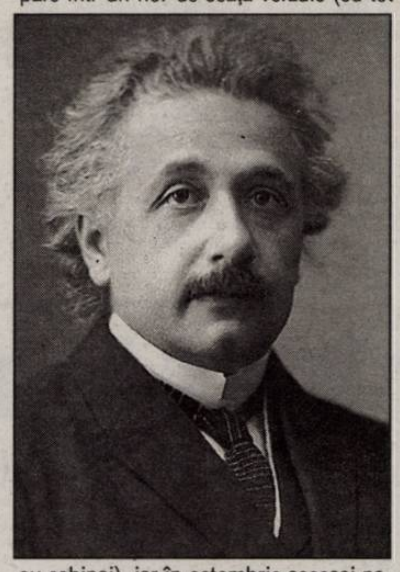
La început, șefii au închis ochii, dar reacția opiniei publice (și a colegelor) a condus la trecerea ei la arhivă și apoi la darea ei afară din poliție — în 1995. Șefii ei spuneau că polițistele sunt apostrofate (chiar hărțuite) din cauza apariției Shanyei în ipostaze erotice și că purtase în circumstanțe neadecvate uniforma. Carol Shanya a dat în judecată NYPD, cerând zece milioane de dolari daune. A pierdut procesul și de atunci s-a lansat în activități de televiziune — emisiuni și seriale. Culmea ironiei este că după ce a devenit civil, ea a ajutat un proprietar de restaurant să stopeze un jaf armat, pe când se afla întâmplător în localul cu pricina. Lăudându-se în presă cu isprava sa, Shanya a primit replica de la foștii șefi, care au precizat că făcuse doar trei arestări în patru ani de activitate...

Un alt mod de a termina cariera de polițist pentru o femeie este cel al trecerii „baricadei”. Cel mai cunoscut caz este reprezentat de Antoinette Frank (n. 1971), care a ajuns ofițer de poliție în 1993, la New Orleans (NOPD). După numai doi ani de activitate, ea „a uitat” de jurământul depus și s-a angajat într-o tâlhărie la un restaurant vietnamez. Într-o noapte de patrulare, ea a vrut să ia banii proprietarului dar s-a ajuns la un schimb de focuri și a ucis trei persoane. Justiția statului Louisiana a condamnat-o la moarte, execuția fiind în așteptare.

• Experimentul Philadelphia

În SUA, antigravitația și teleportarea sunt legate (direct sau indirect) de numele lui Einstein. Marele maestru al fizicii moderne ar fi găsit soluția unificării celor patru câmpuri (deci implicit și al celui gravitațional), dar ar fi ținut-o secretă. Lui i se atribuie afirmația făcută lui Bertrand Russell potrivit căreia „omenirea nu e pregătită pentru asta”.

Cu toate acestea, anul 1943 aduce două fenomene uluitoare, cu martori oculari. În iulie, nava USS Eldridge dispare într-un nor de ceață verzuie (cu tot



cu echipaj), iar în octombrie aceeași navă nu numai că dispare din șantierul naval Philadelphia, dar apare câteva secunde în terminalul Norfolk, aflat la 320 de kilometri distanță, și reapare la Philadelphia! Cu alte cuvinte, numai prin teleportare putea străbate acea distanță dus-întors aproape instantaneu.

Dincolo de problemele de sănătate ale martorilor (care s-ar fi „bucurat” și de spălarea creierelor) se pune problema de bază: de ce nici până astăzi nu s-a clarificat teoria unificării câmpurilor, dacă prima oară un anunț în acest sens a fost dat de însuși Nikola Tesla (1943), dar care nu și-a publicat niciodată rezultatele? Cred că adevărata minune științifică a secolului XXI ar fi puterea de a jongla cu gravitația și cu dimensiunea spațiu-timp. Chiar dacă nu recunoaștem, începuturile au fost făcute în perioada celui de-al Doilea Război Mondial.

Pagină realizată de
PAUL IOAN

Drum spre eșafod

Modul de operare al fiecărui criminal în serie este o etichetă care se pune personalității sale și care reprezintă un ajutor pentru anchetatori. În acest sens, una dintre cele mai controversate modalități de infiltrare în intimitatea victimelor era folosită de americanul Earle Nelson (1897-1928), care avea o abilitate specială în a câștiga încrederea oamenilor.

Copil crescut din casă în casă, pe la mai multe rude (după decesul prematur al părinților), Nelson a dat prima dovadă de instabilitate psihică și tendințe violente la paisprezece ani. Pe când vagabonda în zona muntoasă a Californiei, el s-a oprit la o cabană și a pretins să fie găzduit pentru că se rătăcise și nu avea nici un ban. A fost primit cu bunăvoință, dar după două zile a dispărut fiica de 12 ani a gazdelor. Fata a fost găsită după mai bine de 24 de ore, legată de un copac. Prins și trimis la o clinică psihiatrică, pacientul Earle Nelson a reușit să se facă simpatic unei infirmiere, căreia i-a spart vestiarul și apoi a evadat în haine femeiești. Cam în acest mod și-a petrecut adolescența și la douăzeci de ani avea deja câteva condamnări minore. Nici un medic psihiatru pe la care a trecut nu a putut prevedea că Nelson va deveni un tip violent care avea tendința absurdă de a-i ucide tocmai pe cei care se purtau bine cu el. Una din șansele disciplinării vieții sale a fost serviciul militar, însă a fost dat afară din marina militară din cauza unor „comportamente bizare față de colegi și superiori”.

Seria crimelor a început pe la douăzeci și doi de ani, când a fost diagnosticat și cu pierderi frecvente de memorie. Tocmai acest aspect a ajutat poliția să-l prindă. Modul de operare devenise clasic. Fiind un vagabond incapabil să reziste la un loc de muncă, Earle se comporta ca un om sărman care caută găzduire temporară fără să achite nici o plată. Așa se face că a omorât, într-un interval de aproape un an și jumătate, douăzeci de persoane — bărbați, femei și copii —, toate din anturajul gazdelor sale. Din cauza unui coeficient de inteligență destul de redus, Earle nu reușea să-și șteargă urmele. Pentru a încăpea în diverse locuri ferite, el obișnuia să-și tranșeze victimele, dar nu părăsea locuința respectivă timp de câteva zile. A fost prins în Canada. Deși a fost găsit iresponsabil, Nelson Earle (foto) a fost spânzurat în 1928, pe când avea 30 de ani.

Ştiaţi că...

◆ ...rechinul-balenă este cel mai mare rechin? Poate atinge 15 metri lungime dar nu este periculos puntru om.

◆ ...algele nu au rădăcini, ele plutesc liber pe apă? Fac acest lucru datorită bulelor de aer din ele.

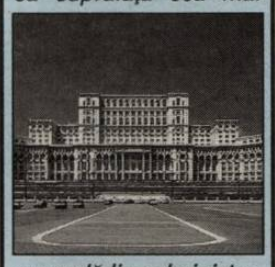
◆ ...cei mai mici cai sunt caii Falabela? Pot creşte până la o înălţime de 75 cm.

◆ ...„Războiul de 100 de ani" a durat de fapt 116 ani? A fost cel mai lung război din istorie.

◆ ...coada este foarte folositoare pentru pisică? O utilizează pentru a-şi menţine echilibrul.

◆ ...imnul Greciei este cel mai lung imn din lume? Are 158 de strofe.

◆ ...Casa Poporului din Bucureşti este ca suprafaţă cea mai mare clădire administrativă din Europa? Este a doua din lume după clădirea Pentagonului (SUA).



◆ ...statuia lui Decebal de pe malul stâncos al Dunării este cea mai înaltă sculptură în piatră din Europa? Are 55 de metri.

Ştiaţi că...

Regele Arthur şi legendarul Avalon

Puţine legende medievale s-au bucurat de popularitatea celei britanice privitoare la Regele Arthur şi Cavalerii Mesei Rotunde. De peste un mileniu şi jumătate a înfierbântat mintile artiştilor de tot felul, poeţi, pictori, sculptori şi muzicieni, iar mai nou, producţiile cinematografice au găsit în diferite variante ale „basmului" o inepuizabilă sursă de inspiraţie.

Se ştie că Britania se bucurase de 400 de ani de pace datorită armatei romane care era prezentă în insule. În anul 410 d.Hr. romanii se retrag în Italia din cauza ameninţării barbarilor. Ţara a rămas fără conducător şi au izbucnit o serie de lupte interne pentru bogăţiile lăsate în urmă de cei care plecaseră.

În cele din urmă salvarea a venit de la un comandant britanic necunoscut, Ambrosius Aurelianus care i-a învins pe saxoni la Mount Badon (sau Balaon) în anul 518. Era cunoscut sub numele Arthur şi vreme de 50 de ani a fost un conducător viteaz şi înţelept.

În alte surse, existau două personaje diferite care îşi uniseră forţele dar vitejia lui Arthur a umbrit-o pe cea a tovarăşului său. Intrat în legendă, naşterea sa a fost învăluită în magie, întrucâtva asemănătoare cu aceea a eroului mitic grec Herakles. Tatăl său, regele Angliei, era îndrăgostit fără speranţă de Ygruine, soţia prinţului Garlois de Cornwall. Deşi prinţul era unul dintre cei mai credincioşi oameni ai săi, regele nu şi-a putut înfrâna pasiunea şi a apelat la vrăjitorul Merlin care i-a pregătit o băutură magică prin care a căpătat chipul lui Garlois. După ce şi-a ucis rivalul el a apărut cu înfăţişarea acestuia în faţa soţiei în castelul Tintegel.

Aşa s-a născut Arthur pe care însă Merlin l-a luat din leagăn şi l-a încredinţat cavalerului Ector la care urma să rămână până la 15 ani. La moartea lui Uther, conducătorul ţării, s-a hotărât să fie rege cel care ar putea să scoată sabia Excalibur din stânca în care era adânc înfiptă. Mulţimea principilor doritori de domnie s-a strâns la Londra dar singurul care a izbutit în teribila încercare a fost Arthur, fiind ales regele Angliei. De la început domnia sa a fost marcată de o soartă vitregă. Unul dintre nobilii rebeli, Loth of Lothian, i-a oferit-o în căsătorie pe frumoasa Morganse despre care Arthur nu ştia că este de fapt sora lui vitregă. Din această căsătorie incestuoasă s-a născut Mordred care va aduce sfârşitul regelui şi a regatului său.

Mai târziu, regele Arthur s-a căsătorit cu Guinevere şi s-au stabilit în Camelot. Aici, aduna în jurul său 12 cavaleri, cei mai de seamă luptători ai vremii. Erau cunoscuţi sub numele „Cavalerii Mesei Rotunde" pentru că erau aşezaţi în jurul unei astfel de mese la care nimeni nu avea un loc de onoare, toţi fiind egali. Era lăsat un loc liber pentru cel care ar fi găsit Sfântul Graal, cupa misterioasă adusă în Anglia de Iosif din Arimathea. Era pocalul din care băuse Iisus la Cina cea de Taină, dar, din cauza păcatelor oamenilor fusese luată vederii omeneşti.

Viaţa lui Arthur cunoaşte de asemenea multă, multă nefericire. Soţia sa, Guinivere, se îndrăgosteşte de cavalerul Lancelot iar după ce sunt acuzaţi public de Mordred, regele luând apărarea soţiei, îndrăgostiţii fug în Franţa. Fiind urmăriţi de Arthur are loc o luptă sângeroasă. Reîntors în Anglia, conduce o altă luptă cumplită împotriva lui Mordred.

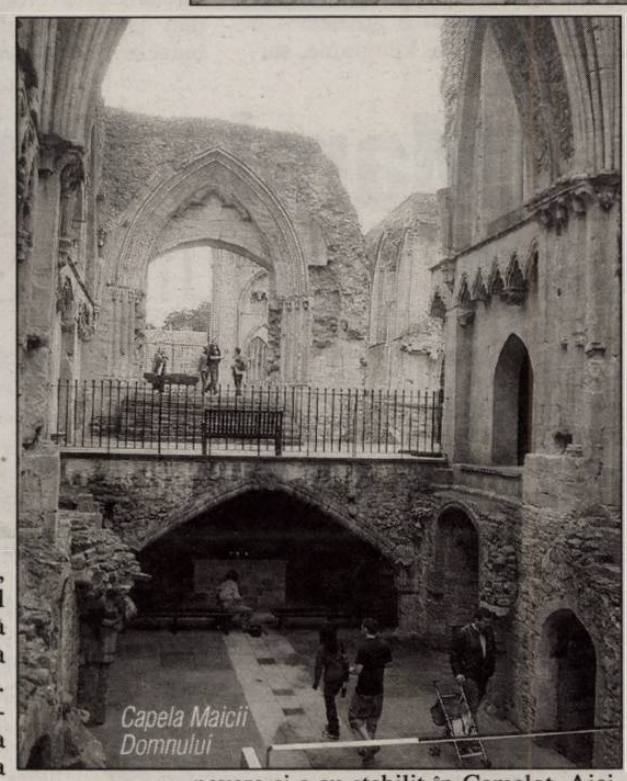
Cei doi se ucid unul pe celălalt iar sabia regelui, la dorinţa sa, este aruncată în apa unui lac de unde o ia un braţ apărut din valuri. Tot legenda spune că trupul regelui a fost dus în Avalon de unde va fi gata să învie pentru a-şi apăra patria.

Ani în şir s-a căutat acest loc mitic şi la sfârşitul secolului al XII-lea, săpându-se mormântul unui călugăr s-a găsit sub el un altul despre care s-a spus că este cel al regelui Arthur şi al lui Guinivere. Înăuntru erau două schelete, unul dintre ele având craniul zdrobit. Scheletele au dispărut dar crucea de plumb dinăuntru a supravieţuit. Mulţi au considerat că totul este o înşelătorie dar Glastonbury a devenit una dintre cele mai vizitate şi mai bogate mănăstiri din ţară. Oraşul este una din primele comunităţi creştine din Britania şi săpăturile au scos la lumină şi o veche capelă şi alte construcţii din piatră. Capela Maicii Domnului din secolul al XII-lea este ridicată pe locul unui aşezământ mai vechi. La poalele dealului pe care se află biserica este Fântâna Potirului cu o apă roşiatică despre care se crede că are efecte miraculoase.

În 1960, alte săpături par să confirme totuşi că aici ar fi fost îngropat marele rege. Nu vom cunoaşte niciodată adevărul dar oamenii locului spun că uneori, noaptea îl aud tropăind călare, apărând parcă locurile din jur.

Regele Arthur şi Cavalerii Mesei Rotunde

Mormântul Regelui Arthur de la Gravesite



Capela Maicii Domnului

Fântâna Potirului

Monument din Piteşti

Înălţat în cartierul Gavana din municipiul Piteşti, Monumentul Eroilor căzuţi în Primul Război Mondial a fost dezvelit în 1930.

Are o înălţime de 5 metri şi este format dintr-un postament de ciment în trepte şi o coloană paralelipipedică dreptunghiulară din calcar de Albeşti. Se termină cu un capitel pe care se află un vultur de bronz cu aripi desfăcute. Pe frontispiciu este alt relief reprezentând un ostaş, iar deasupra sa un basorelief pe care apar o cască, o spadă şi o teacă. Monumentul a fost restaurat în 1999 de Asociaţia Naţională pentru Cultul Eroilor.

Pagină realizată de **IRINA STOICA**

Simboluri ale umanităţii

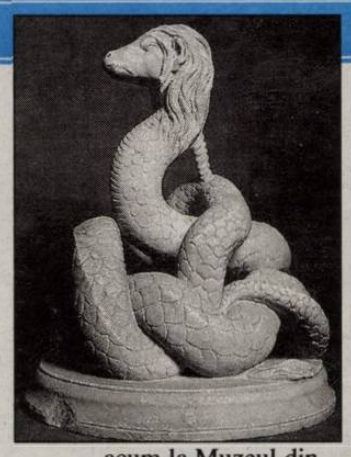
Glycon

Este un zeu-şarpe adorat în religia greacă târzie. Mulţi îl consideră o ipostază a lui Asklepios, mai răspândită în secolul al II-lea mai ales în Asia Mică şi în teritoriile romane.

Simbol al bogăţiei şi fertilităţii, are o înfăţişare stranie de unde şi numele de şarpe fantastic pe care l-a primit mai târziu. Are trup de şarpe, cap de oaie dar cu trăsături omeneşti şi coadă de leu.

Macedonenii credeau că are puteri magice şi există chiar legenda potrivit căreia Zeus s-a îndrăgostit de regina Olympia, mama lui Alexandru Macedon, şi a venit la ea deghizat într-un astfel de şarpe. În urma acestei întâlniri regina l-a născut pe marele rege.

În 1962, în urma săpăturilor arheologice din Dobrogea a fost descopeită o admirabilă statuie a acestui zeu, expusă acum la Muzeul din Constanţa.



Ştiaţi că...

Cel mai puternic om din lume

Lituanianul Zydrunas Savickas, în vârstă de 38 de ani, este o legendă vie în materie de forță. Practică din adolescență diverse sporturi, dar cum aptitudinile sale predilecte sunt legate de forța brațelor s-a axat pe halterofilie, powerlifting – un sport asemănător celui dintâi în care sunt ridicate greutăți de diverse forme, în trei stiluri diferite – culturism... A participat din 2003 la toate concursurile de forță: Arnold Strongman, Fortissimum și multe altele.

La ediția din acest an a concursului Arnold Strongman a reușit să ridice cu o singură mână până deasupra capului o greutate – o ganteră – de 524 de kilograme, surclasând toate performanțele la această probă din toate timpurile.

Competițiile de powerlifting au apărut în SUA după cel de-al Doilea Război Mondial dar competițiile oficiale au debutat în 1970. *(D.M.)*

Iubirea nu are limite
nici pentru berze!

Adevăratele sentimente de dragoste se dovedesc dacă trec cu bine proba timpului și a distanțelor. Noi, oamenii, spunem că ochii care nu se văd se uită, dar trăirile autentice pot zdrobi conjuncturile nefavorabile și speculațiile meschine chiar și în cazul necuvântătoarelor. Vorbim astăzi, nu despre căței înfrățiți cu pisici ori tigri cu gazele, ci despre două apa-

rent banale zburătoare; mai exact – o pereche de berze. Un fel de „love story" aviar absolut impresionant!...

EL a fost botezat Cliquetis și anul acesta a venit pentru a douăsprezecea oară în Croația, după migrația de iarnă în Africa australă, ca să-și reîntâlnească partenera. Aceasta este condamnată, de ani de zile, să rămână la „domiciliul" comun din satul croat Brodski Varos.

EA, femela, se numește Petite și a suferit acum 20 de ani o rană la o aripă, produsă de vânători, de atunci membrul respectiv rămânând inutilizabil pentru zbor, în pofida îngrijirilor permanente ale localnicului Stjepan Vokic, pensionar, fost paznic la școala primară din sat. Spre surprinderea generală, Cliquetis nu și-a părăsit perechea și în fiecare an străbate în zbor circa 13.500 de kilometri pentru a o reîntâlni. Și de fiecare dată cei doi scot pui, pe care tatăl îi învață să zboare, apoi toamna îi ia cu el spre Africa. Între timp, Petite stă cuminte în sat, așteptând răbdătoare reîntoarcerea alesului ei. Fapt ce s-a petrecut, în acest an, ceva mai devreme decât de obicei. Desigur, fiindcă dragostea și dorul au fost mai aprige ca-n tinerețe! *(A.N.P.)*

Eliberare neașteptată

Jude Medcalf, un tânăr de 23 de ani din Newton Abbot, o localitate din sud-vestul Angliei, fusese condamnat la închisoare. Se făcuse vinovat pentru mai multe acțiuni ilegale care scandalizaseră locuitorii din mica localitate. Trăsese asupra unei femei cu un pistol cu bile, furase un cadou de Crăciun dintre cele special pregătite pentru sărbătoare, în valoare de circa 38 de lire, și subtilizase un sandviș dintr-un bar. Din nefericire poliția l-a prins tocmai când era pe punctul să-l mănânce.

Ajuns în închisoare, tânărul le-a oferit autorităților o surpriză de proporții. Suferea de un sindrom numit Klinefelter, o suferință ascunsă care îl făcea să crească fără încetare. În detenție fiind ajunsese la o înălțime de 2,18 metri și creșterea, deși cât se poate de lentă, părea că nu se oprise încă. În plus, o altă anomalie cromozomică îl făcea să aibă reacțiile unui adolescent.

Conducerea închisorii avea de întâmpinat o serie de dificultăți negăsindu-i nici haine nici pat pe măsură. În plus, tânărul trebuie pus la adăpost de batjocura și violențele celorlalți deținuți care profitau din plin de starea lui.

Avocatul său a intervenit energic în acest sens și, după numai 75 de zile, condamnatul a fost scos din detenție, pedeapsa inițială fiind înlocuită cu șase luni de arest la domiciliu și 12 luni de muncă în folosul comunității. *(I.S.)*

„Marele Kim"
vinde frigărui în China

Nu puține sunt personajele notorii din istoria omenirii, fie ele pozitive ori de tristă faimă, care au creat în imediata lor apropiere adevărate instituții ale sosiilor. Amenințați de adversari sau de dușmani de moarte, supraîncărcați de sarcini și datorii civice ori pur și simplu mânați de autosuficiență și egocentrismul împins până la cultul paranoic al propriei personalități, oamenii puternici își caută și își fabrică dubluri, copii cât mai aproape de identificarea fizică (și nu numai) cu ei. Sunt indivizi veșnic anonimi, dar pregătiți permanent, cu voia ori fără voia lor, să își dea și viața pentru stăpânul căruia i-au preluat înfățișarea „în fals", cum ar zice fostul nostru „mare conducător".

În ideea celor de mai sus, vă prezentăm un bărbat care ai jura că este nimeni altul decât liderul nord-coreean Kim Jong-un. Rotofei la față și la trup, îmbrăcat cu un veston sobru, stil Mao, încheiat până la baza gâtului, cu tâmplele tunse la piele și cu podoaba capilară păstrată, într-un stil inconfundabil, doar pe calota craniană, omul nostru se îndeletnicește cu ceva ce conducătorul comunist nu ar face nici în visele sale cele mai urâte: gătește frigărui, pe care le vinde trecătorilor. Nu e un mister, căci imaginea respectivă circulă de o vreme pe internet, spre amuzamentul a mii de vizitatori.

Explicația este simplă: bărbatul pur și simplu seamănă izbitor cu actualul Kim, numai că nu trăiește în Coreea comunistă, ci e chinez. Negustorul stradal nu aspiră la statutul deloc agreabil de sosie, dar unii jurnaliști locali deja i-au prezis o strălucită carieră actoricească în rolul conducătorului din țara vecină.

Cât despre adevăratul Kim, mai mult ca sigur că nici el nu râvnește la condiția unui preparator de barbecue. Oricât de ispititor ar fi mirosul grătarului. *(A.N.P.)*

„Nobel" la vânzare

Licitațiile organizate în Londra sau în diverse orașe din lume atrag bogătași excentrici ignoranți sau cu adevărat pasionați de rarități. Multe dintre oferte nu prezintă decât o valoare simbolică, nu sunt atrăgătoare, dar se vând cu sume uriașe. Un fir de păr din mustața lui Dalí sau o coardă de chitară aparținând unui instrumentist celebru s-au vândut cu sute de mii de dolari.

Recent, la licitația organizată de societatea Stack's Bowers în Baltimore a fost vândută o medalie a Premiului Nobel pentru pace din 1936, una dintre cele 94 existente din 1901, atribuită lui Carlos S. Lanas, ministru argentinian de externe, care a pus capăt războiului din Chaco.

Lupta pentru adjudecarea medaliei a devenit tensionată între patru licitatori. Câștigătorul a fost un milionar asiatic care a intrat în posesia medaliei adjudecată cu prețul de 1,1 milioane de dolari. (D.M.)

Cărămida „buclucașă"

Locatarii din apropierea unui vechi imobil nelocuit din Manchester din care cădeau din când în când bucăți de tencuială au sesizat primăria. Au fost trimiși la fața locului specialiști care, după ce au inspectat imobilul, au asigurat un permetru de securitate pentru a feri trecătorii de resturile care se desprindeau din fațadă. Apoi a intervenit o echipă de tehnicieni pentru a efectua reparații și a lua măsuri provizorii de consolidare, urmând ca primăria să decidă dacă imobilul va fi sau nu dărâmat.

Întreaga echipă a părăsit imobilul în afară de un muncitor care a zăbovit pentru a arunca o ultimă privire. La un moment dat, a zărit o cărămidă care ieșise dintr-un perete exterior gata, gata să cadă. A desprins-o și în acel moment s-a produs o catastrofă: imobilul a început să se clatine și în câteva clipe s-a prăbușit. Din fericire, se afla în afara imobilului pe un brat hidraulic. Peste el au căzut o grămadă de materiale de construcție care l-au rănit. Dacă nu avea cască de protecție, și-ar fi găsit imediat sfârșitul. A fost salvat după ce totul s-a prăbușit. *(D.M.)*

Omul în piele de urs

La fel ca bătrânul împărat din basmul „Harap Alb", un actor francez se va îmbrăca într-o blană de urs, pentru a „hiberna" astfel timp de 13 zile. Dar nu în scopul de a speria pe cineva ori de a-i proba cuiva curajul, ci dimpotrivă, ca să atragă cât mai mulți semeni (oameni, adică). El se numește Abraham Poincheval și insolitul său job temporar se va concretiza la muzeul cinegetic din Paris. Rolul cu pricina presupune ca el să intre într-o structură care imită corpul masivului animal, fiind acoperită cu o blană de urs brun.

Partea mai neobișnuită a experienței bărbatului de 43 de ani se referă efectiv la „supraviețuirea" sa în postură de plantigrad; de fapt, la rigorile și restricțiile pe care le-am putea numi *regula jocului*. Zăvorât în „coconul" său, el va fi supravegheat 24 de ore din 24 de camere video, iar imaginile din interiorul pseudoursului vor fi transmise în direct pe site-ul muzeului și pe ecrane montate în muzeu. Pe toată durata claustrării voite, Poincheval se va hrăni cu alimente lichide și va bea apă dintr-un rezervor disimulat în soclul artefactului. În afara a două necesare intervale de odihnă pe zi, va avea și eventuala plăcere de a asculta fragmente citite de vizitatori din cărțile alese de el și puse la dispoziție de personalul instituției.

Nu e lucru simplu și comod pentru un om înalt de 1,72 metri și care cântărește doar 55 de kilograme, dar artistul nostru nu se află la prima ispravă de acest fel. În condiții aproape similare, el s-a lăsat zidit în peretele unei locuințe timp de o săptămână și șapte zile a stat îngropat sub spațiul din fața hotelului Ville de Tours. Acum, desigur, interesul publicului este focalizat pe motivația unei asemenea curajoase și neobișnuite aventuri. Destul de surprinzător, în cazul lui Poincheval se invocă experiențe de inspirație șamanică!

Ar fi vorba despre accederea la o stare meditativă specială, experimentând condiția vieții de animal și perceperea propriei sale lumi. Tot ce se poate, dar altfel, dacă ne referim la „condiția" falsului urs, nu putem decât să adăugăm, sec, că artefactul este realizat din ipsos, polistiren expandat și tuburi, totul cântărind 115 kilograme. Noroc cu muzeul parizian. Căci la noi, de pildă, dacă vreun actoraș ar dori să reproducă experimentul „la indigo", ar lua o mare plasă și asta fiindcă așa-zise minți luminate din așa-zisele instituții diriguitoare ale culturii au decis ca faimosul și unicul muzeu cinegetic românesc de la Posada să dispară. Unde se vor fi ascunzând azi blănurile de urs, trofee mondiale fabuloase și extrem de valoroase — iată un subiect ce ar trebui „vânat" fără milă de public! *(A.N.P.)*

OSCAR câştigat cu poveşti de iubire

Dacă ne uităm în urmă, vom vedea că în ultimii ani, dintre filmele care au câştigat premiile Academiei de Film, majoritatea au ca temă probleme sociale. „Este o modă", după cum afirma criticul de film Irina Nistor. Însă, cândva, a fost şi „moda" filmelor de dragoste care au avut acces la acest prestigios premiu. Printre acestea amintim: Annie Hall, Forrest Gump, The English Patient (Pacientul englez) şi Shakespeare in Love (Shakespeare îndrăgostit).

Annie Hall (1977) — înstrăinare nerostită

Este o comedie romantică, regizată de Woody Allen, după un scenariu scris de acesta şi Marshall Brickman, iar în rolurile principale îl găsim, bineînţeles, pe *Woody Allen* alături de *Diane Keaton*. Un film ce a marcat un punct de cotitură în cariera actorului şi regizorului, fiind cel mai matur emoţional film al său dar şi cel mai elogiat din anul 1977. O poveste de dragoste dintre *Alvy* (Allen) şi *Annie Hall* (Diane Keaton) ce aduce aproape elemente de comedie absolut senzaţionale şi care începe pe un teren de tenis dar se termină în pragmatism. La finalul peliculei, vocea lui Alvy rezumă totul: „Dragostea este esenţială, mai ales dacă este nevrotică". Filmul a câştigat în 1978 patru premii Oscar pentru: Cel mai bun scenariu, Cel mai bun regizor, Cea mai bună actriţă în rol principal şi Premiul pentru cel mai bun film.

Forrest Gump (1994) — viaţa e ca pana în vânt

Regizat de Robert Zemeckis, având la bază romanul cu acelaşi nume de Winston Groom, şi distins cu şase premii Oscar (pentru cel mai bun actor, cel mai bun regizor, cel mai bun scenariu adaptat, cele mai bune efecte vizuale, cel mai bun montaj şi cel mai bun film), pelicula *Forrest Gump* derulează viaţa personajului principal (Forrest) întruchipat de actorul *Tom Hanks* – care face un rol de excepţie – a cărui poveste de dragoste (singura de altfel) este una impresionantă. Morala filmului este o lecţie de viaţă pentru oricine: curajul şi dragostea sunt mai presus de inteligenţă.

Pacientul englez (1996) — imposibila iubire

La sfârşitul celui De-al Doilea Război Mondial, contele Almasy (Ralph Fiennes), pilot în Armata Regală Britanică, este trimis să cerceteze deşertul Sahara, dar în urma unui accident aviatic, este descoperit aproape desfigurat, cu arsuri grave şi lipsit de memorie. Vegheat şi îngrijit de o infirmieră devotată şi extrem de sensibilă, canadiana *Hana* (Juliette Binoche), vindecându-se şi recăpătându-şi treptat memoria, misteriosul pacient (Almasy) începe să-şi amintească încetul cu încetul viaţa sa cuprinsă între anii 1930 şi 1945 petrecută în Toscana, Cairo şi deşertul Sahara. Povestea de dragoste clasică interzisă, pasională şi romantică, dintre el (contele Almasy) şi Katharine Clifton (Kristin Scott Thomas), o femeie căsătorită, pe care el o rememorează avea să-i schimbe destinul.

Profund uman, „Pacientul englez", cu scenariul adaptat de Anthony Minghella după romanul lui Michael Ondaatje, a cucerit, pur şi simplu, în 1997 noaptea Oscarurilor, câştigând nouă trofee. Filmul include secvenţe spectaculoase, de la filmări aproape ireale şi o dramatică furtună de nisip, la scene senzuale de dragoste. Măreţia şi sobrietatea filmului *The English Patient (Pacientul englez)* au dus la recunoaşterea reuşitelor sale artistice şi tehnice.

Un film ce scoate în evidenţă splendoarea exotică a peisajelor cât şi senzualitatea cuplului Juliette Binoche/Ralph Fiennes, un film profund cu subtilităţi şi întrepătrundere a planurilor, durere şi sacrificiu, iubire şi despărţire. O poveste de iubire interzisă dar frumoasă, o poveste de viaţă care a impresionat nu numai spectatorii ci chiar şi juriile.

Shakespeare îndrăgostit (1998)

Cu cele şapte premii Oscar câştigate, filmul britanic *Shakespeare in Love (Shakespeare îndrăgostit)* scris de Marc Norman şi dramaturgul Tom Stoppard descrie povestea de dragoste secretă, dintre dramaturgul William Shakespeare (Joseph Fiennes) şi frumoasa *Lady Viola de Lesseps* (Gwyneth Paltrow), cu multe dintre personaje bazate pe oameni reali sau care ne trimit la personajele lui Shakespeare. Filmul ilustrează momentul în care marele dramaturg a scris piesa „Romeo şi Julieta", fiind îndrăgostit de o tânără domnişoară ce îi devine muză. Chiar dacă filmul a fost catalogat uneori ca fiind unul dintre cele mai proaste filme recompensat cu Premii Oscar, acesta rămâne o pagină în istoria filmului de dragoste.

Aşadar, când iubirea se dezlănţuie în poveşti tulburătoare, când sentimentele îşi aruncă hlamida peste inimile greu încercate, când întreaga poveste pare că se poate întâmpla chiar lângă noi, arta învinge. Filmele de dragoste nu-şi vor pierde sensibilitatea şi credibilitatea niciodată.

PRIN GAURA CHEII

Un Festival de filme scurte

La o lună de la desfăşurarea Galei Oscarurilor, la Bucureşti şi-a deschis porţile Festivalul Internaţional de Film-NexT (3-7 aprilie). Cinema PRO şi-a întâmpinat spectatorii cu covor roşu şi cinci filme nominalizate cu Oscar la categoria „Cel mai bun scurtmetraj"), inclusiv câştigătorul categoriei, *Helium* al lui Anders Walter, povestea unui băieţel care suferă de o boală incurabilă şi care îşi construieşte o imagine fantastică a lumii de dincolo. Şi celelalte patru filme vin cu poveşti înduioşătoare.

O mamă trebuie să ia decizia dificilă de a-şi părăsi soţul abuziv în „Avant que de tout perdre", o asistentă socială luată ostatică în Sierra Leone încearcă să salveze un băiat soldat care a luat parte la atrocităţi, în drama „Aquel no era yo"; un psihiatru (Martin Freeman) consultă un deţinut care se crede Dumnezeu, în comedia cu umor absurd „The Voorman Problem", iar o mamă se dă de ceasul morţii să-şi pregătească familia pentru o nuntă în amuzantul „Do I Have to Take Care of Everything?".

Alte 26 de filme din 22 de ţări au concurat anul acesta pentru trofeele Festivalului Internaţional de Film „NexT", în „Competiţia internaţională". Unul dintre membrii juriului de anul acesta a fost renumitul cineast britanic Peter Webber, regizorul unor filme ca „Girl with a Pearl Earring", cu Scarlett Johansson şi Colin Firth, nominalizat la trei premii „Oscar" şi zece premii „BAFTA", şi „Hannibal Rising". Acesta a susţinut şi o lecţie de regie la „NexT", pentru cineaşti şi cinefili.

Alături de el în juriul pentru „Competiţia internaţională", dar şi pentru cea românească, au fost prezenţi Karel Och (Cehia), Martina Bleis (Germania), Julia Sinkevych (Ucraina), Alfonso González Aguilar (Spania, compozitor de muzică de film), Vava Ştefănescu (România, coregraf) şi Vlaicu Golcea (România, muzician). „Un lucru rămâne constant de la an la an în felul în care alegem filmele din competiţie, deşi e destul de greu de măsurat, e chiar un pic vag: contează calitatea lor cinematografică, densitatea lor ca filme, mai mult decât contează subiectul. Chiar dacă toate scurtmetrajele din competiţie sunt narative, dacă m-ar pune cineva să vorbesc despre ele, cred că aş prefera să le descriu stilul sau să încerc să le găsesc genul în loc să le rezum", spunea criticul de film Irina Trocan.

Printre cele 26 de filme la „Competiţia internaţională" s-au regăsit şi două producţii româneşti, e vorba despre „Mâine, Bach...", în regia lui Mihnea Andrei Ciorică, şi „Idle", de Raia Al Souliman. Să amintim că, în premieră, Festivalul NexT a avut şi o competiţie românească la care au participat 14 scurtmetraje, concurând la categoria „Cel mai bun film românesc" şi „Premiul Publicului pentru film românesc", o secţiune prezentată de HBO România. Trei dintre cele 14 scurtmetraje aparţin unor regizori cunoscuţi, cu lungmetraje în portofoliu: „Colecţia de arome", de Igor Cobileanski, drama unui tată şi a fiului său care se luptă să procure medicamente pentru mamă; „Excursie", povestea lui Adrian Sitaru despre un băieţel care dispare brusc după câteva zile în care îşi filmează viaţa, atunci când află că extratereştrii au aterizat în România, şi „Jurnal #2", un film experimental de Adina Pintilie despre interacţiunea subtilă dintre o actriţă şi un regizor.

PORTRET

Anda Caropol

Distinsa, inconfundabila şi neobosita actriţă *Anda Caropol*, urcă de peste 50 de ani pe scena Teatrului Nottara, interpretând roluri care i-au pus în valoare, sensibilitatea, puterea de expresie, fragilitatea (de ce nu?), fineţea interpretării. S-a născut pe 9 aprilie 1939 şi este absolventă a Institutului de Artă Teatrală şi Cinematografică din Bucureşti, făcând parte din grupul actriţelor de top, Stela Popescu, Rodica Popescu Bitănescu, Brânduşa Silvestru, Agatha Nicolau şi altele.

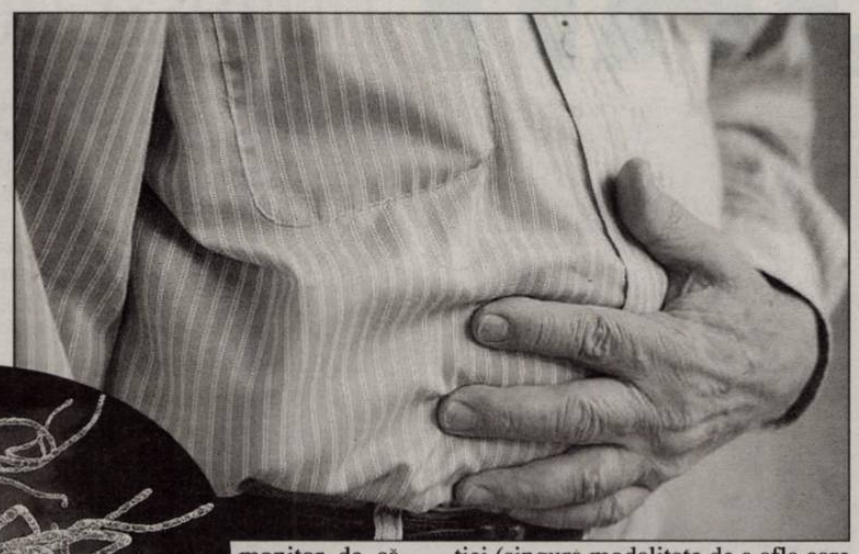
O actriţă mai mult decât specială, al cărei farmec şi distincţie au propulsat-o rapid printre cele mai apreciate nume ale teatrului şi filmului românesc. Pentru *Anda Caropol*, teatrul a devenit un fel de „boală incurabilă" de care nu vrea să scape. Urmărindu-i de-a lungul anilor prestaţiile în piesele *Clipe de viaţă, Titanic Vals, Hangiţa, Un pensionar fatal* sau *Vino la pod, iubita mea*, de pe scena Teatrului Nottara, dar şi personajele interpretate din filmele *Drumul oaselor, Secretul lui Nemesis, Senatorul melcilor, Margo, Viaţa e un dar* şi câte altele, nu poţi să nu fii emoţionat de credinţa, devotamentul, rigoarea şi candoarea sufletească pe care le-a păstrat, chiar dacă anii au trecut...

Anda Caropol este şi va rămâne omul pentru care meseria de actor a însemnat Viaţă. Cu profesionalism, loialitate, conştiinciozitate şi feminitate, remarcabila actriţă îşi desăvârşeşte misiunea scenică, gândind mereu la ce va face în ziua următoare. Trăieşte din plin rolurile, este activă, priveşte cu seninătate tot ce o înconjoară şi speră să poată juca mult timp de acum înainte.

Pagină realizată de
IOANA FLORIA

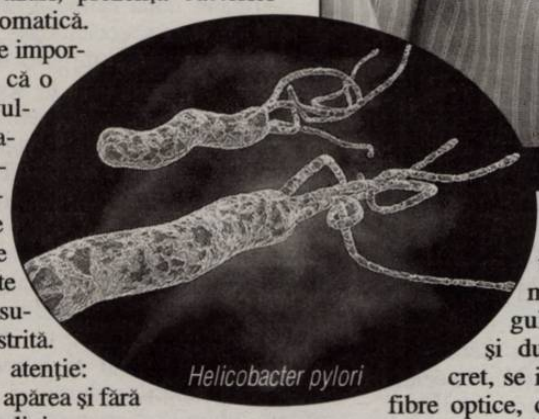
„Combustibil" pentru gastrite

Este absolut firesc ca primăvara să ne încânte şi să ne impregneze fiinţa cu optimism şi poftă de viaţă, însă suntem obligaţi şi să acceptăm o realitate deloc agreabilă: alături de astenie şi gripe târzii, acesta este anotimpul în care gastritele recidivează şi se manifestă din plin. Persoanele cele mai predispuse la această afecţiune sunt cele care au o alimentaţie dezechilibrată (de pildă, mănâncă o dată pe zi), fumează, consumă cafea în exces ori au un nivel ridicat de stres.



Gastrita este o inflamaţie a mucoasei care acoperă pereţii stomacului. Cauzele sale cele mai frecvente sunt administrarea de medicamente (mai ales antiinflamatoare), consumul de alcool şi de alimente agresive pentru tubul digestiv, prezenţa bacteriei *Helicobacter pylori* în stomac, privarea de somn sau un nivel ridicat al stresului psihic. Prezenţa unuia sau mai multora dintre aceşti factori duce la apariţia gastritei, care evoluează spre ulcer, dacă nu e tratată la timp. Durerile şi arsurile stomacale, stările de greaţă, balonările, ameţelile şi chiar vărsăturile constituie simptomele specifice gastritei. Deşi nu se poate aprecia cu exactitate cu cât creşte primăvara numărul cazurilor, este cert că gastrita reprezintă o afecţiune de sezon, deoarece acum consumăm mai multe fructe şi legume, care cresc aciditatea gastrică.

Pe lângă alimentele iritante (condimente, produse cu aditivi alimentari), de apariţia inflamaţiei mucoasei stomacului sunt responsabili şi alţi factori, între care se numără şi infecţia cu *Helicobacter pylori*, bacterie care afectează peste 75% din populaţia globului şi trebuie ştiut că aceasta reprezintă principala cauză pentru apariţia cancerului de stomac. Foarte îngrijorător este faptul că, în 70% din cazuri, prezenţa bacteriei este asimptomatică.



Helicobacter pylori

La fel de important este şi că o categorie vulnerabilă aparte o constituie persoanele de peste 60 de ani: jumătate din acestea suferă de gastrită. Dar, mare atenţie: boala poate apărea şi fără manifestări clinice.

De obicei, în legătură cu problemele legate de sănătatea stomacului avem impresia că ştim să le rezolvăm ori măcar să le ameliorăm, însă (şi) la acest capitol trebuie să avem în vedere o regulă strictă: automedicaţia este totalmente contraindicată. Consultul medical, chiar al medicului de familie, poate evita apariţia complicaţiilor grave de genul ulcerului gastric şi duodenal, însă endoscopia rămâne analiza prin care poate fi pus diagnosticul cert de gastrită. Această metodă permite vizualizarea pe un monitor de către medicul gastroenterolog a mucoasei, esofagului, stomacului şi duodenului. Concret, se introduc pe gură fibre optice, cu ajutorul unui tub flexibil subţire. Uneori, este necesară şi biopsia, pentru determinarea exactă a cauzei inflamaţiei. Există două tipuri de gastrită: una acută (se vindecă prin eliminarea factorilor declanşatori) şi una cronică (poate persista mulţi ani şi se poate agrava dacă nu este tratată, ducând chiar la apariţia cancerului de stomac).

Tratamentul medicamentos al gastritei acute se stabileşte în funcţie de etiologia sa. Când se evidenţiază existenţa germenului *Helicobacter pylori* în mucoasa gastrică se va asocia un tratament antibiotic de eradicare a infecţiei. Fiind vorba despre o problemă a sistemului digestiv, se înţelege însă că la fel de importantă este şi alimentaţia bolnavului. Precizarea regimului alimentar pentru prevenirea şi tratarea gastritei sau a ulcerului se face ghidându-ne după trei reguli de bază: ● evitarea agresorilor (alimente şi substanţe care favorizează apariţia acestor boli); ● individualizarea strictă a alimentaţiei (singura modalitate de a afla care alimente ne ajută în lupta cu această afecţiune este experimentarea direct); ● folosirea alimentelor-medicament (preponderent a celor alcaline – obţinute din varză, cartof, morcov, sfeclă roşie, castravete, urzică; şi a celor „reci" – smântâna, iaurtul, laptele dulce, dar şi condiment precum mentă, fenicul, coriandru şi chimen, care sunt calmante gastrice blânde, preferabile condimentelor clasice).

Există şi alimente potrivnice vindecării şi deci de care trebuie să ne ferim: ● alcoolul (se va elimina complet, în toate formele); ● fumatul (factor de risc pentru apariţia gastritei sau a ulcerului, dar şi pentru evoluţia acestora spre cancer); ● zahărul şi dulciurile concentrate (favorizează dezvoltarea bacteriei *Helicobacter pylori* în stomac); ● mezelurile din comerţ şi carnea conservată (conţin nitriţi, aditivi sintetici extrem de agresivi pentru tubul digestiv); ● aditivii alimentari sintetici – în special amelioratorii de gust şi de aromă, conservanţii irită mucoasa gastrică şi declanşează o hipersecreţie de sucuri acide. Explozia de cazuri de gastrită din ultimele decenii este cauzată în bună măsură de alimentele îmbogăţite cu E-uri!

Sensibilităţi de sezon

Aparent puţin frecvente şi agresive, tipurile de intoleranţă a organismului nostru la diverşi factori eterni acoperă în realitate o arie foarte mare, astfel că patologia generală a alergiilor se poate manifesta în contexte dintre cele mai diferite şi imprevizibile. Dacă nu ne referim cu prioritate la alimentaţie, trebuie să spunem că bolile alergice apar în special primăvara, la multe persoane.

În primul rând, sunt sensibili la astfel de maladii cei predispuşi ereditar la alergie, dar şi persoanele cu imunitatea scăzută. În acest sezon al revenirii la viaţa normală, cauzele cele mai frecvente ale alergiilor, sunt înflorirea copacilor şi a altor plante, pe unul dintre primele locuri fiind puful de plopi (cu precădere în luna mai), iar altă cauză o reprezintă muşcăturile insectelor. De aceea, populaţia trebuie să ştie că, imediat după apariţia primelor semne de boală — conjunctivită nemotivată, obstrucţie nazală, strănuturi, respiraţie greoaie, edeme pe faţă, pe corp, apariţia elementelor cutanate, care sunt însoţite de prurit — trebuie consultat un medic-alergolog.

Consecinţele alergiilor, unele dintre ele grave, pot fi diferite: crize de astm bronşic, edeme, dermatite atopice difuze etc. De aceea, pentru a evita astfel de situaţii, medicii recomandă să consultăm neapărat un specialist, pentru a stabili corect diagnosticul şi a primi tratamentul necesar. Iniţial, la începutul secolului trecut, termenul de alergie era echivalent cu termenul de hipersensibilitate. Ulterior, pe măsura progresului cunoştinţelor ştiinţifice din domeniul imunologiei, termenul de alergie a suferit modificări în sens restrictiv. În prezent, termenul de alergie este restrâns la hipersensibilitatea imunologică de tip alergic.

Foarte grav pentru cei mici, îngrijorător pentru adulţi

Părinţii cu copii mici ştiu foarte bine ce înseamnă problemele legate de alimentaţia acestora, mai ales atunci când apar dereglări digestive, foarte frecvente de altfel. Chiar dacă a devenit ceva relativ obişnuit, problema despre care vorbim nu e mai puţin periculoasă, ea conţinând inclusiv un potenţial letal în cazurile foarte grave, în principiu la sugari. De menţionat că bolile diareice reprezintă a doua cauză de îmbolnăvire şi mortalitate la copiii sub 5 ani! Anual, la nivel mondial, peste 700.000 de copii îşi pierd viaţa din cauza diareei, semnalează Organizaţia Mondială a Sănătăţii, iar în rândul adulţilor se înregistrează până la 1,7 miliarde cazuri de boli diareice în fiecare an.

Fără echivoc, ne referim la cea mai frecventă afecţiune digestivă, care poate apărea la orice vârstă. De obicei, diareea reprezintă simptomul unei infecţii gastrointestinale, ce poate fi cauzată de microorganisme precum bacteriile, virusurile sau paraziţii. Boala se caracterizează printr-un număr de peste trei scaune moi sau lichide în 24 de ore, în cazurile cele mai grave ajungându-se la zeci de scaune apoase.

Cel mai mare pericol al diareei este deshidratarea severă a organismului, care este privat de sărurile minerale necesare supravieţuirii. Deshidratarea severă prin pierderi hidrice poate duce la deces. Pentru a nu se ajunge aici este esenţial a se institui din vreme, de către medic, tratamentul corect al diareei, care trebuie urmat cu strictеţe.

PE SCURT, DESPRE

sănătatea dumneavoastră

Mâncare... după festin

Un fel de „pereche" sau portret în oglindă al marilor zile festive din miezul iernii, sărbătorile de Paşti au devenit aproape exclusiv prilej de îndestulare alimentară cu nenumărate bunătăţi şi, implicit, ne dau peste cap planurile de a reduce din kilogramele în plus acumulate pe parcursul sezonului rece. Cei mai mulţi dintre noi mâncăm (mult) mai mult decât trebuie, însă vestea bună e că după mesele copioase specifice acestei perioade poţi să te întorci la obiceiurile sănătoase de dinainte.

Dietele de detoxifiere au un efect de curăţare a organismului prin îndepărtarea toxinelor şi a chimicalelor acumulate de sărbători. Persoanele care nu au exagerat şi au în mod obişnuit un regim bazat pe vegetale, fructe, legume şi mai puţin pe carne nu trebuie să ţină însă neapărat un regim special de detoxifiere. O dietă eficientă se bazează pe ideea consumării de alimente naturale, care ajută la buna funcţionare a rinichilor şi ficatului.

Într-un program clasic de detoxifiere se recomandă să consumaţi numai fructe, sucuri de fructe, salate şi multă apă în primele două zile, apoi, timp de cel puţin cinci zile, mese sănătoase care să conţină fructe proaspete, legume crude sau fierte la aburi, supe, peşte şi carne de pasăre fără piele. Printre produsele care trebuie evitate pe toată perioada dietei se numără: alcoolul, cafeaua, tutunul, medicamentele, anumite suplimente (din cauza cantităţii de aditivi conţinute), laptele, ouăle, caşcavalul, produsele de patiserie, maioneza, murăturile, sarea, băuturile acidulate şi produsele procesate (carnea de porc şi de vită, cârnaţii, hamburgerii).

Pentru a beneficia de efectele scontate în urma unei asemenea cure, în primul rând trebuie să bei apă, de la prima oră , dar şi alte lichide, din alte surse (sucuri de fructe, lapte, legume, supe, ciorbe etc.). Totodată, mare atenţie trebuie acordată consumului de sare, care este responsabilă pentru nivelul de sodiu din organism şi pentru retenţia de apă. Alimentele prăjite, mai ales pregătite incorect, reprezintă un pericol, deoarece produc substanţe toxice şi iritante pentru organism, mai cu seamă dacă uleiurile se refolosesc.

Kilogramele în plus, deseori numeroase, acumulate rapid în urma festinului de sărbători, sunt însă în cea mai mare parte datorate gustărilor hipercalorice şi dulciurilor consumate între mese. Să recunoaştem că avem cu toţii tendinţa de a ne oferi lucruri pe care în mod obişnuit — acasă, de pildă — ni le refuzăm: chips şi sticks, alune, îngheţată, floricele de porumb şi puf uleţi, biscuiţi şi ciocolată, sucuri carbogazoase cu zahăr. Lista poate continua la nesfârşit, din ea nelipsind, desigur, „tradiţionalii" covrigi, hrana cea mai la îndemână a lucrătorului obişnuit, care de multe ori îşi amăgeşte foamea chiar din mers, pe stradă, ori pe colţul biroului, în timp ce munceşte.

Un comportament, practic, pseudonutriţional, dăunător atât pentru sănătatea generală, cât şi pentru aspectul fizic. De aceea, nutriţioniştii afirmă că nu trebuie urmată o dietă extremă, care să excludă aproape orice aliment, cu excepţia anumitor fructe şi legume. În acelaşi timp, nu ignoraţi aşa-numitul stres de revenire, acea uşoară depresie ce ne cuprinde după ce sărbătorile s-au sfârşit şi trebuie să ne întoarcem la serviciu. E un moment psihologic important, de asemenea, favorabil păstrării ori sporirii rotunjimilor corporale nedorite, de care poate fi deposedat prin mişcare şi readaptarea la ritmul alert al vieţii cotidiene.

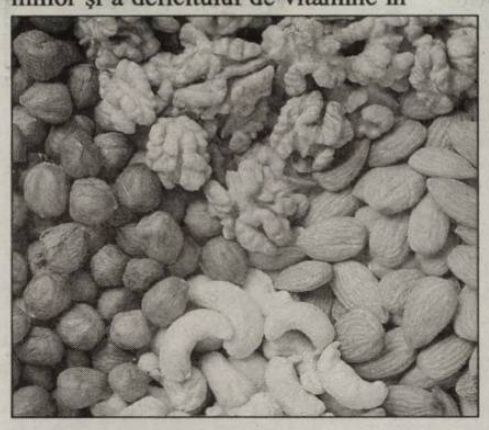
Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Reguli elementare pentru post

Prin tradiţia sa multimilenară, postul religios (care nu este limitat la creştinism) presupune în mod firesc o serie de reguli, foarte probabil stabilite la începuturile sale şi, desigur, ţinându-se cont de realitatea de-atunci a societăţii.

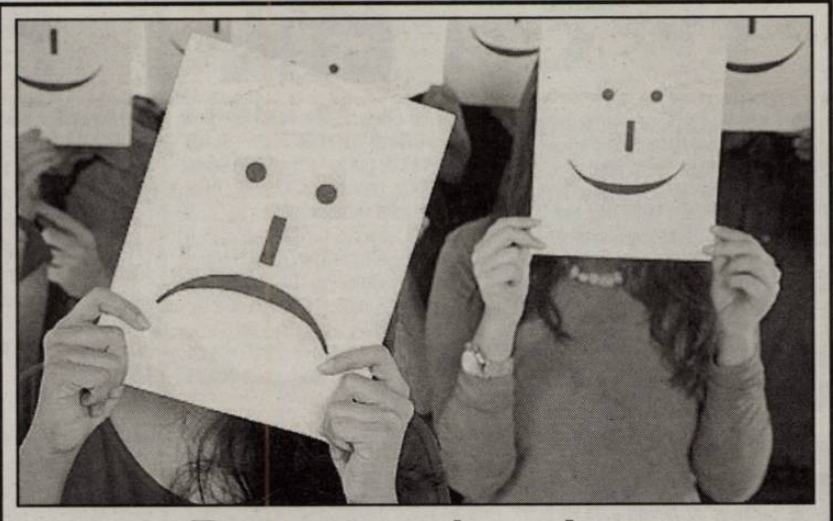
Odată cu evoluţia omenirii, multe componente ale acestui „program" de purificare s-au modificat, însă în general rigorile ideii de a posti au rămas, am spune, în urmă. Între timp, atât practicanţii terapiilor complementare, cât şi medicii, au preluat componenta acestei practici legată de sănătatea corpului fizic, actualizând cumva din mers problematica deloc banală. De aici, şi aşezarea unor componente ale postului sub auspicii pozitive, în timp ce altele devin avertismente, în sensul de bază că nu oricine poate posti şi nu în orice condiţii.

De pildă, medicii nutriţionişti avertizează că postul poate conduce la apariţia malnutriţiei proteice, a anemiilor şi a deficitului de vitamine în organism. Abţinerea de la alimentele consumate în mod obişnuit, chiar şi pentru o perioadă de doar două săptămâni, poate provoca apariţia unor dezechilibre ale metabolismului. Abţinerea de la consumul de carne şi de preparate animale trebuie făcută doar de persoanele sănătoase. Cei care vor să ţină post ar trebui să includă în dieta lor surse naturale de proteine şi sunt recomandate în acest sens nucile, alunele, migdalele, seminţele, fisticul etc.



Fără niciun fel de îndoială, postul are şi efecte benefice asupra organismului uman, contribuind la reechilibrarea lui şi la eliminarea toxinelor acumulate în corp, spun nutriţioniştii. Ei mai recomandă şi o bună hidratare a corpului – circa 1,5-2 litri de apă pe zi, ca să se poată realiza procesul de detoxifiere. De asemenea, pentru ca dieta de detoxifiere să ofere beneficiile dorite asupra organismului este indicat să mâncăm cereale integrale, fructe şi legume proaspete.

Pe de altă parte, liderii spirituali ortodocşi le recomandă celor care ţin post de mâncare să îşi însoţească postul cu fapte bune, rugăciune, compasiune şi toleranţă faţă de semeni, în general cu „deturnarea" gândirii negative către cea care reprezintă binele, frumosul, iubirea. „Postul complet este atunci când un creştin îl ţine nu numai în plan fizic, material, trupesc ci, mai ales, spiritual. În post se intensifică regimul de rugăciune, de interiorizare şi de meditaţie. Această preocupare produce, de fapt, o reechilibrare a fiinţei umane, o reechilibrare atât în raport cu Dumnezeu, cât şi în raport cu semenii." Cam aşa se prezintă poziţia oamenilor bisericii şi ea nu este deloc ruptă de noţiunea medicală de post terapeutic. Pentru că, în fond, fiinţa umană în întregul ei nu este alcătuită doar din trup fizic, ci mai presus de acesta se află spiritul, iar mentalul nostru reprezintă puntea şi liantul dintre cele două. Iar de ce, de echilibrul dintre acestea depinde însăşi existenţa şi sentimentul de bine, de bucurie pe care ne dorim şi trebuie să le urmărim şi să le avem permanent.



Dacă e luni e DEPRESIE?

Nu-i aşa că ziua de luni la serviciu este cea mai nesuferită din săptămână, când parcă vii la slujbă după un an de neodihnă şi când totul îţi este potrivnic? Nu vă grăbiţi să răspundeţi, fiindcă nici cercetătorii acestei probleme încă nu au ajuns la un punct de vedere comun. Totuşi... În sprijinul „mitului" depresiei zilelor de luni vin câteva studii britanice realizate pe mii de angajaţi, prezentând concluzii foarte interesante. O astfel de cercetare a dus la constatarea că majoritatea lucrătorilor chestionaţi nici măcar nu zâmbesc lunea, până către orele prânzului! Un alt aspect remarcat este că lunea este ziua din săptămână când cei mai mulţi angajaţi sună la serviciu să spună că se simt rău şi că vor lipsi. Ca un corolar, cele mai multe concedii medicale încep lunea.

Să fie oare o chestiune de genă, o trăsătură tributară proverbialei sobrietăţi britanice? Tot ce se poate, căci, la celălalt capăt al planetei, unde şi clima predispune la bună-dispoziţie, oamenii de ştiinţă australieni susţin că depresia de luni dimineaţă şi euforia de vineri sunt mituri. Ei au descoperit că subiecţii se temeau de dimineţile de luni şi iubeau serile de vineri, însă numai când priveau retrospectiv sau când anticipau anumite evenimente. În realitate, monitorizarea stării lor de spirit a arătat că nivelul de fericire a variat foarte puţin.

Concluzia ar fi că dimineţile de luni nu sunt atât de deprimante pe cât ne închipuim noi. Dacă totuşi credeţi asta, iată câteva sfaturi pentru a face faţă „chinuitoarei" zile de luni: ◆ Pregătiţi-vă dimineaţa de luni încă de vineri după-amiază: răspundeţi la e-mail-uri şi rezolvaţi anumite probleme de la birou ce ţin de dumneavoastră, puneţi-vă în ordine lucrările cu care veţi începe săptămâna următoare; ◆ Dormiţi mai mult duminică noaptea, pentru a vă trezi odihnit luni dimineaţă; ◆ Nu blocaţi deşteptătorul pentru a vă întoarce pe partea cealaltă, ci ridicaţi-vă imediat din pat şi faceţi un duş; dacă aveţi timp, încearcaţi şi exerciţii fizice; ◆ Pe cât posibil, mergeţi pe jos către birou; ◆ Foarte important: depăşiţi-vă mentalitatea „abia aştept week-endul", de parcă doar atunci simţiţi că trăiţi. Acest lucru nu va face decât să vă întăriţi sentimentele negative faţă de săptămâna de lucru; ◆ Nu în ultimul rând, gândiţi-vă dacă într-adevăr vă place locul dumneavoastră de muncă, fiindcă, dacă ziua de luni vi se pare îngrozitoare, indiferent de ceea ce faci, atunci poate că este timpul să căutaţi o schimbare în carieră.

Remedii naturale

Negru binefăcător

Printr-o tradiţie culturală solidă, la noi, ca de altfel aproape pe întreg mapamondul, culoarea neagră este asociată în general cu răul şi distrugerea, cu ameninţarea şi moartea, cu ruperea de lumea pământească trăitoare în şi sub lumină. Totuşi, nu întotdeauna lucrurile stau aşa. Câţi dintre noi au auzit, de pildă, de bergisterol?

Ei bine, aflaţi că nu e vreun produs chimic ascuns în cine ştie ce alimente, ci un colorant prezent în fructele şi legumele de culoare neagră. Dar lucrul cel mai important este că el e considerat de specialist cel mai puternic factor natural antioxidant cunoscut. Aceasta înseamnă, evident, un redutabil luptător împotriva cancerului, a îmbătrânirii, a stărilor inflamatoare.

Bergisterolul se găseşte în general în fructele de culoare indigo-vişiniu spre negru (dar nu numai): dude negre, cireşe negre, struguri şi sâmburi de struguri negri (dar şi albi), mure, coacăze negre, prune şi corcoduşe negre, mere roşii, afine, rodii, fragi, precum şi în varza roşie, ceapa roşie, lintea şi fasolea neagră, varză de Bruxelles şi în alune. Găsim bergisterol într-o cantitate de 50-100 mg/g de pieliţă de strugure, mai mult decât dublul oricărei alte surse identificate. El are un efect de distrugere tumorală directă, acţionând împotriva oricărui tip de localizare tumorală, dar mai ales asupra celor hormono-dependente (sân, uter, ovar, testicul, prostată, ficat, stomac) şi a melanomului malign (cea mai periculoasă localizare canceroasă a pielii şi una dintre primele trei localizări tumorale ca agresivitate). De asemenea, blochează formarea de vase de sânge în jurul tumorii şi metastazarea celulelor maligne şi conferă o protecţie deosebită materialului genetic nuclear, ferindu-l de mutaţii.

De remarcat că bergisterolul este singurul antioxidant care acţionează direct pe aşa-numita „genă a longevităţii", având capacitatea de a mări durata şi calitatea vieţii. Totodată, are şi un efect extraordinar de potenţator de efect pentru toate mineralele şi vitaminele întâlnite în cale, amplificând efectele acestora de nenumărate ori. Mai mult, potenţialul său antioxidant este de 50 de ori superior vitaminelor C şi E la un loc; este de 10-20 de ori mai puternic decât vitamina E în protecţia antioxidativă a LDL-colesterolului; este un vasodilatator arterial; se opune expansiunii fibroase a cicatricei de după infarctul miocardic; are efect de protecţie faţă de maladia Alzheimer; reprezintă cel mai puternic fixator de calciu în oase; nu în ultimul rând, preîntâmpină ridarea şi îmbătrânirea pielii, menţinându-i elasticitatea şi tinereţea.

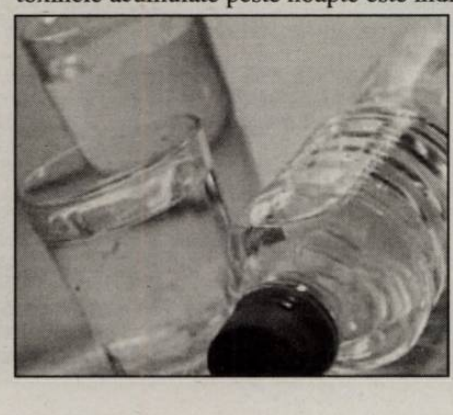
Lista beneficiilor acestui antioxidant natural, pe care – iată – îl putem găsi şi consuma foarte uşor, aşa cum ne-o indică specialiştii, este mult mai lungă, dar în final vom adăuga un singur amănunt care vă poate convinge să căutaţi şi să introduceţi cât mai frecvent în meniu fructe şi legume de culoare neagră sau roşie: a doua cauză de deces la nivel european este reprezentată de cancer, însă în România, după 1997 ea este cauza principală, fiind urmată de bolile cardio-vasculare!

Bea apă cu cap!

E o banalitate de care depinde viaţa noastră: fără să ne hidratăm, organismul nostru nu poate funcţiona. Oamenii de ştiinţă afirmă că, dacă corpul adulţilor este alcătuit din circa 70% apă, cel al copiilor poate conţine până la 80-90% apă. Dar cât de multă şi în ce condiţii? O bună modalitate de a afla cantitatea de care organismul tău are nevoie este să faci un calcul simplu: urcă-te pe cântar şi împarte greutatea corporală la 30. Elementele esenţiale pe care trebuie să le conţină apa sunt: natriu, potasiu, calciu şi magneziu.

Un consum suficient de apă este necesar şi pentru că ajută stomacul să proceseze mâncarea mai repede şi mai eficient. În plus, vă satură mai repede, când vreţi să reduceţi alimentele, pentru a slăbi.

Trebuie totuşi să respectaţi nişte reguli de bază: ● este interzis să beţi apă în timpul mesei; ● dacă totuşi nu puteţi să vă abţineţi, puteţi bea apă cu lămâie; ● cel mai bine e să vă hidrataţi abia la 2-3 ore după masă (dacă aţi mâncat ceva uşor, de exemplu legume, puteţi bea apă şi după o oră). De asemenea, pentru a elimina toxinele acumulate peste noapte este indicat să consumaţi 0,5 l de apă dimineaţa, pe stomacul gol.



Referitor la apa pe care o consumaţi vara, cantitatea va fi mărită, deoarece atunci transpiraţi mai mult şi toxinele se elimină astfel din organism. Şi – atenţie: niciodată apa nu trebuie înlocuită cu ceai, cafea sau sucuri, oricât de naturale ar fi acestea.

LUNI – 14 aprilie

TVR 1

6.00 Telejurnal matinal 9.00 Clubul desenelor animate 10.10 Oameni care au schimbat Lumea 10.30 Ultima ediție (r) 11.30 Profesioniștii (r) 12.30 În grădina Danei (r) 13.00 Germana... la 1 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 16.50 Serial: „Legendele palatului: Zeul războiului" 18.10 Vreau să fiu sănătos! 18.50 În linia întâi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Între bine și rău 22.30 Biziday 23.30 Magazin UEFA Champions League 2013-2014 0.00 Nocturne 1.00-3.25 Reluări 4.15 Doc.: „Subteranele orașului New York".

PRO TV

7.00 Știrile ProTv 10.05 România, te iubesc! (r) 11.00 Film: „Ticniții" (r) 13.00 Știrile ProTv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Serial: „Maeștrii iluzionismului" (r) 15.30 Film: „Dennis pericol public 2" (r) 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Zonă de impact" (SUA, 1993). Cu: Bruce Willis, Sarah Jessica Parker 22.30 Știrile ProTv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00-5.30 Reluări.

Film Now

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Cooking-show: Junior Chef 22.30 Serial: „Biblia" (ep.1,2) 0.30 Observator (r) 1.30 Serial: „Nikita" 3.30 Observator special (r) 4.00 Acces direct (r).

PRIMA TV

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Epic Show (r) 13.00 Știrile Prima TV 13.30 Teleshopping 14.00 Știrile Times New Roman (r) 14.30 Răzi și câștigi (r) 15.00 Click! (r) 16.00 Trăsniții 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Epic Show 21.30 Imagini incredibile din lume 22.30 Click! 23.30-4.30 Reluări 5.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 6.00-6.30 Reluări.

acasa

6.15-8.45 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.15-14.30 Reluări 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „O nouă viață" 21.30 Serial: „Regina" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Dincolo de povestiri 0.00-5.15 Reluări.

TVR 2

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Cronici Votice 8.00 Serial: „Legendele palatului: doi bărbați pentru o soartă" 9.05 Documentar 360° — GEO (r) 10.10 Top cultura (r) 12.00 Lumea azi (r) 12.30 Concertele Festivalului George Enescu 14.10 Pelerin — Intrarea în Ierusalim 14.30 Cultura minorităților 15.10 Film: „Un prieten fidel" (SUA, 2006). Cu: Maxwell Caulfield, Jesse Bernstein 17.00 Credo 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360° — GEO: Birmania — călugărul, satul și lumina 20.10 Teatru: „Iată femeia pe care o iubesc" de Camil Petrescu 22.00 Ora de știri 23.10 Filmul de artă: „Angelica: o povesle stranie" (coprod, 2010). Cu: Pilar López de Ayala 0.50-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

8.15-8.45 Reluări 9.45 Serial: „Aventurile lui Jackie Chan" 10.15-11.15 Reluări 12.15 La Măruță 14.45 Serial: „Paul Reiser Show" 15.45 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 16.45 Film: „Copilul furat" (r) 18.45 Serial: „Smallville" 19.50 Serial: „La Bloc" 21.00 Serial: „Prietenii tăi" 22.00 Film: „După 28 de zile" (SUA, 2002). Cu: Alex Palmer, Bindu De Stoppani 0.00 Serial: „Dispăruți" 1.15 Serial: „Micuțele mincinoase" 2.00-4.45 Reluări 5.30 Lumea pro Cinema 6.00 Cine A.M.

MARȚI – 15 aprilie

6.00 Telejurnal matinal 9.00 Clubul desenelor animate 10.20 KILE te omoară cu zile! 10.30 Biziday (r) 11.30 Nocturne (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 EURO polis 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 16.50 Serial: „Legendele palatului: Zeul războiului" 18.10 Interes general 18.50 În linia întâi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Serial: „Dr. House" 22.00 Serial: „La birou" 22.30 Biziday 23.30 Film: „Venus" (M. Britanie, 2008). Cu: Peter O'Toole, Leslie Philips 1.10-3.10 Reluări 4.00 Doc.: „Dante — Din Infern în Paradis".

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Adopție periculoasă" (SUA, 2012) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Barabba" (coprod., 2012, partea I). Cu: Billy Zane, Cristiana Capotondi 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Fotbal: Dinamo — Steaua 22.30 Știrile Pro Tv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Film: „Ochi de vultur" (SUA, 2008). Cu: Sjhia LaBeouf, Michelle Monaghan 23.00 Serial: „Biblia" 1.00 Observator (r) 2.00 Film: „Ochi de vultur" (r) 4.00 Acces direct (r).

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Vrei să fii milionar? (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Știrile Times New Roman (r) 14.30 Răzi și câștigi (r) 15.00 Click! (r) 16.00 Trăsniții (r) 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Film: „Căini și pisici" (coprod., 2001). Cu: Jeff Goldblum, Elizabeth Perkins 22.30 Click! 23.30-4.30 Reluări 5.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 6.00-6.30 Reluări.

6.15 Doctorul casei (r) 7.15 Serial: „Abisul pasiunii" (r) 8.15 Povești adevărate (r) 9.15 Teleshopping 9.45-13.30 Reluări 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „O nouă viață" 21.30 Serial „Regina" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Engaged and Underaged 0.00-5.15 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.30 Cronici Votice 8.00 Rezistența prin cultură 9.00 Documentar 360° — GEO (r) 10.10 Mistere și conspirații (r) 11.05 Teatru (r) 12.40 Concertele Festivalului George Enescu 14.10 Pelerin 14.30 Cultura minorităților 15.10 Film: „Taxi pentru Canada" (coprod., 1998). Cu: Maureen O'Hara, Jason Beghe 17.00 Credo 18.10 Telejurnal 19.00 Documentar 360° — GEO: Bucătarul din pustiul australian 20.10 Destine ca-n filme 21.10 Om cu carte 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „Împotriva sorții" 0.10 Serial: „În umbra legii" 1.00-6.00 Reluări.

830-9.00 Reluări 10.00 Serial: „Aventurile lui Jackie Chan" 10.30 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 11.30 Serial (r) 12.30 La Măruță 14.00 Lumea Pro Cinema 14.45 „Serial: „Paul Reiser Show" 15.45 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 16.45-17.45 Reluări 18.45 Serial: „Smallville" 19.50 Serial: „La Bloc" 21.00 Serial: „Prietenii tăi" 22.00 Film: „Banii" (SUA, 1992). Cu: Damon Wayans 0.00 Serial: „Dispăruți" 1.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 1.45 Film: „Casanova, identitate feminină" (România, 2009) 3.30-4.15 Reluări 5.00 Lumea Pro Cinema 5.30 Cine A.M.

MIERCURI – 16 aprilie

6.00 Telejurnal matinal 9.00 Clubul desenelor animate 10.30 Biziday (r) 11.30 Garantat 100% 12.30 Vreau să fiu sănătos! (r) 13.00 Opre Roma 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Convietuiri 16.50 Serial: „Legendele palatului: Zeul războiului" 18.10 Europa mea 18.50 În linia întâi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Dosar România 22.00 O țară mai bună 22.35 Drumul spre Brazilia 23.20 Film: „Am o slujbă naspa rău" (M. Britanie, 2007). Cu: Neve Campbell, Shirley Henderson 0.55-3.25 Reluări 4.15 Doc.: „Lacrimi din Amazonia".

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Confesiunile unei mirese" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 13.30 Serial: „Tânăr și neliniștit" 14.30 Film: „Toamna bobocilor" (România, 1975) 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Fotbal: Petrolul — Astra 22.30 Știrile ProTv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00 Serial: „Spion pe cont propriu" 1.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Serviciul Român de Comedie: Happy Show 22.00 Serial: „Mr. Bean" 22.30 Serial: „Biblia" 1.00 Observator (r) 1.30 Film: „Titanic" (SUA, 1996). Cu: Peter Gallagher 3.30-4.00 Reluări.

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Epic Show (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Știrile Times New Roman (r) 14.30 Răzi și câștigi (r) 15.00 Click! (r) 16.00 Trăsniții (r) 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Cronica Cârcotașilor 22.30 Click! 23.30-4.30 Reluări 5.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 6.00-6.30 Reluări.

6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.00 Serial: „Cununa de lacrimi" (r) 12.00 Serial: „Santa diabla" (r) 13.30 Serial: „O nouă viață" (r) 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „O nouă viață" 21.30 Serial „Regina" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Engaged and Underaged 0.00-5.15 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.30 Cronici Votice 8.00 Om cu carte (r) 9.00 Documentar 360° — GEO (r) 10.10 D'ale lu' Mitică (r) 11.10 Destine ca-n filme (r) 12.10 Festivalul Național de Teatru — Ediția 2013 (r) 12.40 Concertele Festivalului George Enescu 14.10 Magazin UEFA Champions League 2013-2014 (r) 14.30 Pelerin 14.30 Cultura minorităților 15.10 Film: „Din nou acasă" (SUA, 2005). Cu: Paul Dooley 17.00 Credo 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360° — GEO: Ultima plută din Muntenegru 20.10 De la Dinescu... citire! 21.30 Festivalul Național de Teatru — Ediția 2013 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „Împotriva sorții" 0.10 Serial: „În umbra legii" 1.00-6.00 Reluări.

8.30-9.00 Reluări 10.00 Serial: „Max Steel" 10.30-11.30 Reluări 12.30 La Măruță 14.00 Descoperă România 14.45 Serial: „Paul Reiser Show" 15.45 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 16.45-17.45 Reluări 18.45 Serial: „Smallville" 19.50 Serial: „La Bloc" 21.00 Serial: „Prietenii tăi" 22.00 Film: „Informatorii" (coprod., 2008). Cu: Billy Bob Thornton, Kim Basinger 0.00 Serial: „Dispăruți" 1.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 1.45-4.00 Reluări 4.45 Lumea Pro Cinema 5.15 Cine A.M.

NEVE CAMPBELL
— miercuri, 23.20 —

ADAM SANDLER
— vineri, 0.15 —

MICHELLE MONAGHAN
— marți, 20.30 —

JEFF GOLDBLUM
— joi, 20.50 —

CATHERINE O'HARA
— duminică, 19.30 —

BRUCE DAVISON
— vineri, 20.10 —

BINDU DE STOPPANI
— luni, 22.00 —

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 17 aprilie

6.00 Telejurnal matinal 9.00 Clubul desenelor animate 10.00 Ecce via — Aceasta este Calea! 10.30 Universul credinței 11.30 Exclusiv în România (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 De joi până joi 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Akzente 16.50 Serial: „Legendele palatului: Zeul războiului" 18.10 De la Cezareea la Ierusalim 18.50 În linia întâi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Joi la 9 22.30 Miracle — Paula Seling și Ovi 22.35 Mașini, teste și verdicte 23.20-3.25 Reluări 4.15 Doc.: „Lacrimi din Amazonia".

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 10.45 Film: „Toamna bobocilor" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Barabba" (coprod., 2012, partea I). Cu: Billy Zane, Cristiana Capotondi 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Fotbal: Dinamo — Steaua 22.30 Știrile Pro Tv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00 Serial: „Spion pe cont propriu" 1.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Next Star cu Dan Negru 0.00 Serial: „Biblia" 2.00 Film: „Cântărețul de jazz" (Canada, 2009). Cu: Michael Ironside, Laura Vandervoort, Victoria Snow 3.45 Acces direct (r).

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Historia.ro (r) 13.00 Cafeneaua Dilema Veche (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Casa: construcție și design (r) 14.30 Răzi și câștigi (r) 15.00 Click! (r) 16.00 Trăsniții (r) 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Film: „Câini și pisici" (coprod., 2001). Cu: Jeff Goldblum, Elizabeth Perkins 22.30 Click! 23.30-4.30 Reluări 5.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 6.00-6.30 Reluări.

6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.00-13.30 Reluări 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „O nouă viață" (sfârșitul serialului) 21.30 Serial „Regina" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Engaged and Underaged 0.00-5.15 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Cronici Votice 8.00 Jurnal de front 9.00 Documentar 360° — GEO (r) 10.10 Academicienii (r) 11.00 Rugby: Dinamo — CSM Olimpia București 12.50 Concertele Festivalului George Enescu 14.10 Pelerin 14.30 Cultura minorităților 15.10 Film: „Puterea promisiunii" (coprod., 1997). Cu: Brendan Fletcher, Keith Carradine 17.00 Credo 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360° — GEO: Bretania — faruri și albine 20.10 Telecinemateca: „Sublimă obsesie" (SUA, 1956). Cu: Jane Wyman, Rock Hudson 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „Împotriva sorții" 0.10 Serial: „În umbra legii" 1.00-6.00 Reluări.

8.30-9.00 Reluări 10.00 Serial: „Max Steel" 10.30-11.30 Reluări 12.30 La Măruță 14.00 Lumea Pro Cinema 14.45 Serial: „Cea mai frumoasă școală" (ep.1) 15.45 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 16.45B-17.45 Reluări 18.45 Serial: „Smallville" 19.50 Serial: „La Bloc" 21.00 Serial: „Prietenii tăi" 22.00 Film: „Total Recall" (SUA, 1990). Cu: Arnold Schwarzenegger, Rachel Ticotin 0.00 Serial: „Dispăruți" 1.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 2.00 Film: „Panglica Albă" (Germania, 2009) 4.15-5.00 Reluări 5.45 Lumea Pro Cinema 6.15 Cine A.M.

VINERI – 18 aprilie

6.00 Telejurnal matinal 9.00 Clubul desenelor animate 10.00 Ecce via — Aceasta este Calea! 10.30 Universul credinței 11.30 Politică și delicatețuri (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Beneficiar România (r) 13.30 M.A.I. aproape de tine 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Oameni ca noi 16.00 Parlamentul României 16.50 Tezaur folcloric: Concert de Pricesne 18.15 Universul credinței: Ediție specială — Prohodul Domnului 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Scara" (SUA, 1998). Cu: Barbara Hershey, William Petersen 23.10 Film: „Omul cu câinele" (Franța, 2008). Cu: Jean-Paul Belmondo 0.55-3.25 Reluări 4.15 Doc.: „Lacrimi din Amazonia".

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Confesiunile unei mirese" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 13.30 Serial: „Tânăr și neliniștit" 14.30 Film: „Toamna bobocilor" (România, 1975) 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Românii au talent 0.15 Film: „Acoperă-mi inima" (SUA, 2007). Cu: Adam Sandler, Don Cheadle 2.30-4.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Film: „Bona de la Forțele Speciale" (SUA, 2005). Cu: Vin Diesel, Lauren Graham 22.30 Film: „Față în față" (SUA, 1997) 1.30-3.0 Reluări.

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Levintza prezintă (r) 13.00 Secrete de Stil (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Click! Poftă bună! (r) 14.30 Răzi și câștigi (r) 15.00 Click! (r) 16.00 Trăsniții (r) 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Film: „Măsuri extraordinare" (SUA, 1999). Cu: Brendan Fraser, Keri Russell 22.30 Click! 23.30-4.30 Reluări 5.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 6.00-6.30 Reluări.

6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.00 Serial: „Cununa de lacrimi" (r) 12.00 Serial: „Santa diabla" (r) 13.30 Serial: „O nouă viață" (r) 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „Regina" 22.30 Serial „Forța destinului" 0.00-5.30 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Cronici Votice 8.00 Memorialul Durerii (r) 9.00 Documentar (r) 10.10 Om cu carte (r) 11.00 Rezistența prin cultură (r) 11.50 Festivalul Național de Teatru — Ediția 2013 (r) 12.20 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Pelerin 14.30 Cultura minorităților 15.10 Film: „Miracol în pădure" (SUA, 1997). Cu: Meredith Baxter, Della Reese 17.00 Credo 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360° — GEO: Lamu — insula cu măgărușii 20.10 Film: „Simțuri" (SUA, 2005). Cu: Jenna Elfman, Bruce Davison 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „Împotriva sorții" 0.10 Serial: „În umbra legii" 1.00-6.00 Reluări.

8.30-9.00 Reluări 10.00 Serial: „Max Steel" 10.30-11.30 Reluări 12.30 La Măruță 14.00 Acasa în bucătărie 15.00 Serial: „Cea mai frumoasă școală" 16.00 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 17.00-18.00 Reluări 19.00 Serial: „Smallville" 20.00 Film: „Călătorul în timp" (M. Britanie, 1999). Cu: Timothy Spall 22.00 Serviciul Român de Comedie 23.30 Film: „O secundă de viață" (România, 2009) 2.30 Serial: „Micuțele mincinoase" 3.15 Film: „Cu putin ajutor" (SUA, 2010) 4.45 Serial (r) 5.15 Lumea Pro Cinema 5.45 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 19 aprilie

6.00 Sport plus (r) 7.00 Zestrea românilor — Lumina Învierii (r) 7.30 Film: „Comoara din munți" (SUA, 2010) 9.00 Clubul desenelor animate 10.00 Beneficiar România 10.30 Mașini, teste și verdicte (r) 11.10 Ecce via - Aceasta este Calea! 11.50 Tezaur folcloric (r) 13.00 Ora regelui 14.00 Telejurnal 14.35 37°C 16.00 Fotbal 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Mesagerul iubirii" (M. Britanie, 1971). Cu: Julie Christie 23.10 Documentar religios 23.30 Universul credinței: Ediție specială 1.15-4.35 Reluări.

6.00 Serial: „Dora descoperă lumea" 7.00 Știrile Pro Tv 10.00 I like IT 10.30 Serial: „Maeștrii iluzionismului" 11.15 Film: „Aventura prieteniei" (SUA, 1995). Cu: Mimi Rogers, Bruce Davison 13.00 Știrile Pro Tv 13.30 Film: „Goana după iubițel" (SUA, 2003). Cu: Roselyn Sanchez, Sofía Vergara, Jaci Velasquez 15.15 Românii au talent (r) 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Show de divertisment: Minunea dansului 23.45 Slujba de Înviere 0.30-5.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Next Star (r) 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 Te cunosc de undeva 23.45 Slujba de Înviere 0.15 Serial: „Biblia" 2.15 Film: „B.D. la munte și la mare" (r) 4.15 Film: „Biblia" (r).

7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniții (r) 9.30 Casa: construcție și design 10.00 Teleshopping 10.30 Secrete de Stil 11.00 Levintza prezintă 11.30 Click! Poftă bună! 12.00 T3CH IN 3 12.30 Răzi și câștigi (r) 13.00 Vrei să fii milionar? (r) 15.00 Imagini incredibile din lume (r) 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Știrile Times New Roman 20.30 Vrei să fii milionar? 21.30 Mondenii 23.30 Film: „Omul rachetă" (SUA, 1991 Cu: Billy Campbell, Jennifer Connelly 1.30-6.30 Reluări.

6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.15-13.30 Reluări 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „Regina" 22.30 Serial: „Forța destinului" 23.45 Slujba de Înviere 0.15 Concert Loredana „Magic" 2.30-4.45 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.30 Ferma (r) 8.30 Serial: „Călători în lumi paralele" 9.30 Cap compas 10.00 Drumul succesului 10.40 Film: „Dragoste veșnică" (SUA, 1998). Cu: Reba McEntire, Tim Matheson 12.15 Poate nu știai 12.30 5 x 5 minute de istorie 13.00 Popasuri folclorice 14.10 Top cultura 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Mistere și conspirații 18.00 Telejurnal 18.30 Aștept să învieze 19.10 Filmu: „Inimi regăsite" (SUA, 1991). Cu: Anthony Quinn, Lauren Bacall 21.00 Credo. Ediție specială 0.10 A înviat! 0.25-6.00 Reluări.

6.30-9.45 Reluări 11.15 Măruță 13.45 Serial: „La Bloc după 10 ani" 14.45 Serial: „Familia Bundy" 15.45 Serial: „Doi bărbați și jumătate" 17.00 Film: „Filantropica" (România, 2001). Cu: Mircea Diaconu, Gheorghe Dinică 19.00 Serial: „MASH" 20.00 Serial: „Seinfeld" 21.00 Serial: „Prietenii tăi" 22.15 Film: „Marele maestru" (coprod., 2013). Cu: Tony Leung Chiu Wai, Ziyi Zhang 1.00 Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.15 Serial: „Micuțele mincinoase" 2.00 Serial: „Prison Break" 2.45-3.00 Reluări 5.15 Lumea Pro Cinema 5.45 Cine A.M.

DUMINICĂ – 20 aprilie

6.00 Teleenciclopedia (r) 6.55 Zestrea românilor 7.30 Universul credinței 9.30 Pro patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului (I) 11.50 Minutul de agricultură 12.00 Viața satului (II) 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Politică și delicatețuri cu Mircea Dinescu 16.00 Film: „Moby Dick" (SUA, 1956). Cu: Gregory Peck, Richard Basehart 18.00 Lozul cel mare 18.50 Festivalul International de Circ de la Massi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viață 23.10 Film: „Largo Winch" (coprod., 2008). Cu: Tomer Sisley, Kristin Scott Thomas 1.05-4.35 Reluări.

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Simfonia iubirii" (coprod., 2006) 13.00 Știrile Pro Tv 13.05 Film: „Iubire ca la carte" (SUA, 2004). Cu: Sarah Michelle Gellar, Alec Baldwin 15.00 MasterChef (r) 17.00 Film: „Barabba" (partea a II-a) 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Românii au talent 0.15 Film: „Acoperă-mi inima" (SUA, 2007). Cu: Adam Sandler, Don Cheadle 2.30-4.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Film: „B.D. la munte și la mare" (România, 1971). Cu: Toma Caragiu 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Serviciul Român de Comedie: Happy Show 22.00 Serial: „Mr. Bean" 22.30 Serial: „Biblia" 1.00 Observator (r) 1.30 Film: „Titanic" (SUA, 1996). Cu: Peter Gallagher 3.30-4.00 Reluări.

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Epic Show (r) 13.00 Știrile Prima TV 13.30 Teleshopping 14.00 Știrile Times New Roman (r) 14.30 Răzi și câștigi (r) 15.00 Click! (r) 16.00 Trăsniții (r) 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Cronica Cârcotașilor (r) 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Știrile Times New Roman 20.30 Vrei să fii milionar? 21.30 Schimb de mame 23.30-6.30 Reluări.

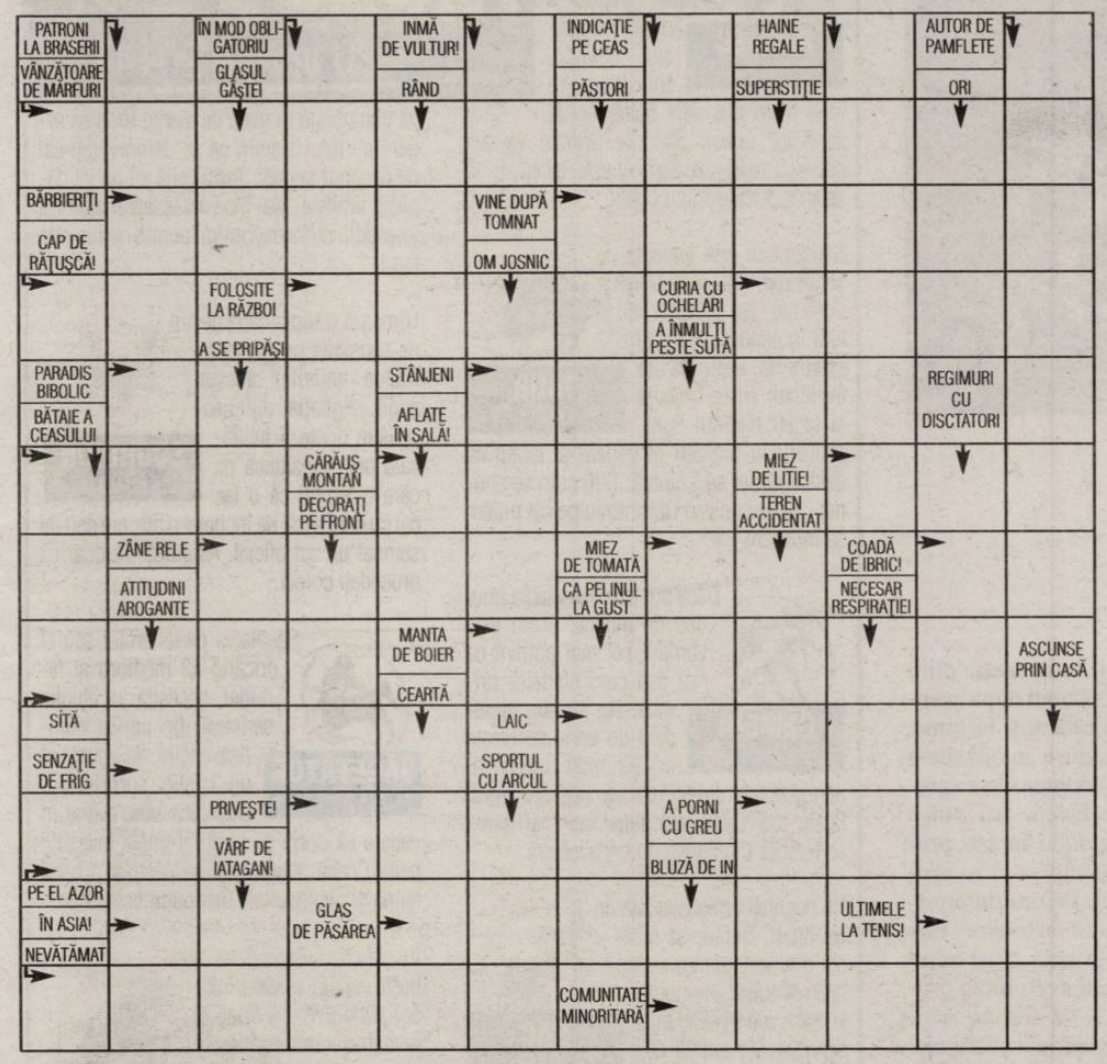
6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.15-12.15 Reluări 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Doctorul casei 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Film: „Blestemul Penelopei" (coprod., 2006). Cu: Richard E. Grant, Catherine O'Hara 21.30 Serial: „Regina" 22.30 Serial „Forța destinului" 0.00-4.45 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Cap compas (r) 8.00 Popasuri folclorice (r) 9.00 Ferma 9.55 Paște în Maramureș 10.10 În curtea bunicilor 12.00 Credo. Ediție specială 14.10 Film: „Iancu Jianu, zapciul" (România, 1980). Cu: Adrian Pintea, Radu Beligan, Ioana Ciomârtan 15.45 A înviat! (r) 16.00 Omul cu chitara 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Telejurnal 18.30 Minunata fire a lucrurilor de a fi 19.10 Sărbătoarea primăverii 20.10 Film: „Iancu Jianu, haiducul" (România, 1981). Cu: Adrian Pintea, Cornel Coman, Emanoil Petruț 22.50 Serial: „Lumini și umbre" 23.40-6.00 Reluări.

8.00-9.00 Reluări 10.00 Lumea Pro Cinema 10.45 Serial (r) 11.45 Serial: „Familia Bundy" (r) 12.45 Serial (r) 13.45 Film (r) 16.00 Serial: „MASH" (r) 17.00 Serial: „Seinfeld" (r) 18.00 Serial (r) 19.00 Serial: „Smallville" 20.00 Film: „Ușuraticul" (coprod., 2001). Cu: Gwyneth Paltrow, Jack Black 22.15 Film: „Captivi pe Insula terorii" (Canada, 2009). Cu: Aaron Ashmore, Haylie Duff 0.15 Serial: „Dispăruți" 1.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 1.45-4.00 Reluări 4.45 Lumea Pro Cinema 5.15 Cine A.M.

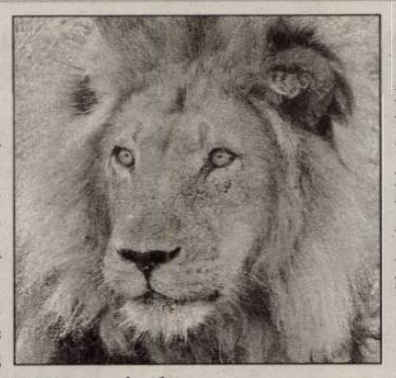
Întrebări

Integramă de **M. ALBU**



Verificați-vă cunoștințele

Leul



1. Cum se numea zeița egipteană distrugătoare, stăpână a războaielor și a molimelor, închipuită ca leoaică?
2. Blana cărui leu îl înfășoară pe marele erou mitic Herakles în cele mai multe reprezentări ale sale?
3. Cine a realizat statuia geniului „Leul" aflată în fața Palatului Cotroceni din Capitală, inaugurată la 29 iunie 1929?
4. Cine este autorul volumului de versuri „O viziune a sentimentelor" (1964) din care face parte și poezia „Leoaică tânără, iubirea"?
5. Ce sculptor și pictor francez (1795-1875) a realizat grupul statuar „Leul și șarpele"?
6. Ce compozitor român este autorul cântecului patriotic „Pui de lei" pe versurile lui Ioan Neniței?
7. Cine a realizat, în 1939, filmul englezesc „Leul are aripi" (Lion has Wings)?

Răspunsurile pentru numărul trecut

1) Dansul clasic (sau academic) este o formă de dans occidental a cărui tehnică a fost codificată la sfârșitul secolului al XVII-lea și este caracterizată, pentru femei, prin utilizarea poantelor. 2) Zeița dansului în mitologia havaiiană se numea Laka. 3) Denumirea generală pentru dansurile gitane andaluze este flamenco. 4) Opera „Țar și teslar" aparține compozitorului german Albert Lortzing (1801-1851). 5) Romanul „Dansul dragonilor" a fost scris de prozatorul american R.R. Martin. 6) Statuia alegorică „Dansul" poartă semnătura lui Jean-Baptiste Carpeaux (1827-1875). 7) Filmul „Dans interzis" a fost realizat de regizorul Gordon Clark.

Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Unelte", am primit:

◆ ***7 răspunsuri corecte:*** *Florentina Gorea,* Toplița; *Mioara Popa,* Iași; *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Luminița Popescu,* București; *Ing. Mihai Călcâianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Gheorghe Enache,* Galați; *Matei Bărbulescu* și *Florin Mateescu,* Iași; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei și *Mihai Waspusch,* București.

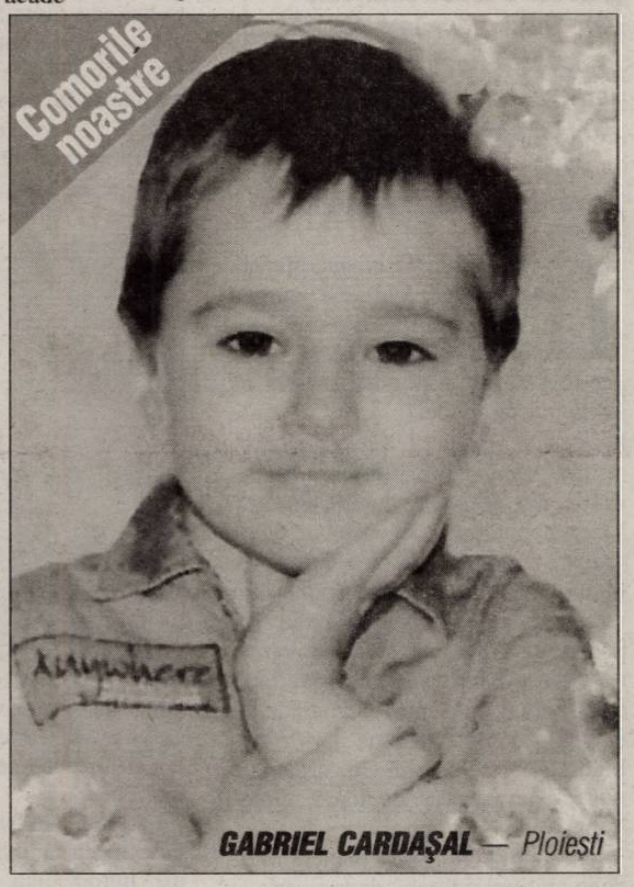
◆ ***6 răspunsuri corecte:*** *Daniela Nicolae,* Iași; *Ileana Popa* și *Ioana Stan,* Baia Mare; *Ioana Costea* și *Maria Stănescu,* Pitești; *Corina Marinescu* și *Violeta Voinescu,* Ploiești; *Viorica Simionescu,* Arad; *Ion Mardare,* Vâlcea și *Radu-Andrei Ciobanu,* București.

◆ ***5 răspunsuri corecte:*** *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Raluca Petrescu* și *Cristina Ionescu,* Iași; *Viorica Cernea,* Arad; *Ilinca Stănescu,* Ploiești; *Ana Cristea* și *Violeta Marinescu,* Timișoara; *Cristian Teodorescu,* Iași; *George Ionescu,* Ploiești; *Ionel Petrescu* și *Cristian Zamfirescu,* București.

✉ ***Cristina Ionescu, Iași.*** Cartea dumneavoastră despre „Superlative geografice" a apărut în anii '70 și este cam depășită. Este bine să confruntați datele de acolo cu altele mai noi.

✉ ***Cristian Zamfirescu, București.*** Credem că o săptămână este un interval de timp suficient pentru a găsi răspunsurile. Nu vă putem lăsa mai mult timp pentru că publicarea acestora la două săptămâni, cum ne sugerați, ar slăbi interesul celorlalți. De altfel, în toată presa se procedează la fel. *(Irina Stoica)*

Comorile noastre



GABRIEL CARDAȘAL — *Ploiești*

Sfaturi practice

FREZIA

Plantarea bulbilor se face la 5 cm adâncime și aproximativ 10 cm distanță. Dacă îi plantați mai adânc, răsărirea va dura mai mult și veți avea o înflorire întârziată.

Cultura prin bulbi este cea mai răspândită deoarece permite aranjamentele dorite și se obține o înflorire uniformă într-o perioadă mai scurtă de timp. Este nevoie de un sol afânat, bogat în substanțe hrănitoare la care se pot adăuga îngrășăminte anorganice.

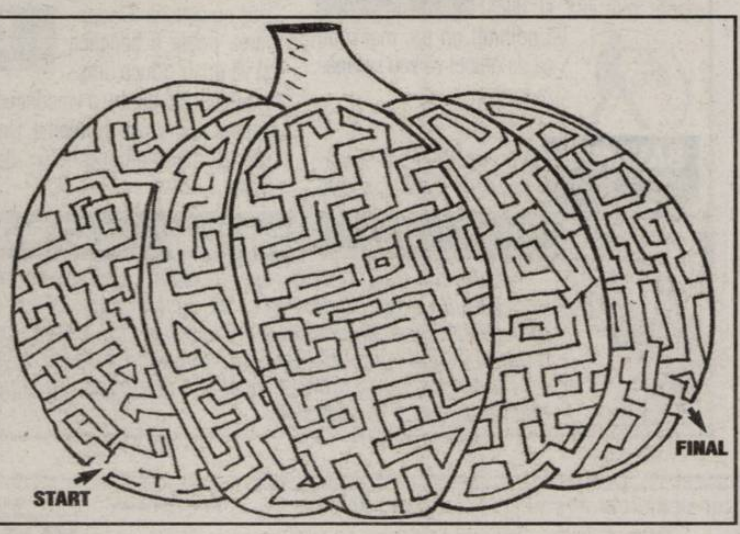
Pentru a avea o înflorire eșalonată, plantarea se face din 10 în 10 zile sau din 14 în 14 zile începând cu luna august până la 15 octombrie, pentru înflorirea din decembrie până la mijlocul lunii mai.

Cele mai indicate locuri pentru plantare sunt cele din marginea aleilor dar deosebit de decorative sunt cele cultivate pe suprafețe mari.

Fiind extrem de agreată datorită parfumului, culturile s-au extins. În Olanda, de pildă, se cultivă pe o suprafață de aproximativ 200 de hectare, în sere, în Germania, pe 70 de hectare, în Italia pe o suprafață de circa 30 de hectare. *(D.M.)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



SOLUȚIA INTEGRAMEI „ÎMPLETITURI": *C - S - D - Z - I - P - PIEPTANATURA - ORAR - ERETIC - PR - LIMA - REDA - BOA - ANINA - L - VAS - ARTA - LUA - A - TARA - RIAL - LIANA - ANA - EP - EST - ANARHIE - MR - IESI - AZUR - TA - VAMES - RI - NAIVA - ALINIA.*

Soluția **«SUDOKU»** *— jocul săptămânii 14*

7	3	8	1	9	5	4	6	2
6	5	2	4	3	8	9	1	7
9	4	1	7	2	6	8	3	5
5	6	3	9	4	7	2	8	1
4	8	9	2	6	1	7	5	3
2	1	7	8	5	3	6	4	9
3	7	4	5	8	2	1	9	6
8	2	6	3	1	9	5	7	4
1	9	5	6	7	4	3	2	8

Umor

Un țăran intră într-un magazin să cumpere o yală. I se spune că n-au așa ceva.

– Atunci, un lacăt simplu, încearcă țăranul.

– N-avem.

– Atunci, măcar un zăvor...

– N-avem.

– Nici măcar un foraibăr n-aveți?

– N-avem.

– Atunci, de ce mama dracului mai țineți magazinul ăsta deschis?

– N-avem lacăt cu ce să-l închidem!

Ora de zoologie:

– Bulă, îmi poți numi cinci animale care trăiesc în Africa?

– Da. Patru elefanți și o girafă.

CRONICA TV

De la artă, la derizoriu

„Televiziunea, dragostea mea", TVR 2, e una dintre cele mai apreciate emisiuni care ne prilejuiesc reîntoarcerea în trecutul nostru artistic. Ce plăcere, în special pentru generația dinaninte de '89, să revezi actori care au dat culoare și strălucire vieții cenușii din acea vreme, mulți dintre ei intrând în galeria „monștrilor sacri", și care în cea mai mare parte s-au stins. Sunt mulți, mulți... Evocăm câțiva dintre ei: Toma Caragiu, George Constantin, Gheorghe Dinică, Dem Rădulescu, Carmen Stănescu, Florian Pittiș... Actori pe care îi regăsim și în emisiunea „Gala umorului" de pe TVR 1. Săptămâna trecută am revăzut-o, printre alții, pe Stela Popescu în show-ul „Bucureștiul de altădată", în care au fost reunite arta coregrafică, muzica, actoria, în concepția regizorală a lui Alexandru Bocăneț.

Stela Popescu a fost multă vreme o stea a teatrului de estradă, a scheciurilor umoristice în care a făcut tandem cu Alexandru Arșinel, beneficiind, până la un moment dat, când a dispărut dintre noi, de textele soțului, Mihai Maximilian. Era foarte frumoasă, suplă, avea prezență scenică,

voce. Dar ceea ce o recomanda în special, erau talentul ei nativ de actriță, farmecul expresivității fațiale... După 1990, pe măsură ce treceau anii, a abordat o serie de repertorii facile, comerciale (în nici un caz în registrul caricatural, penibil, vulgar al lui Țociu și Palade) în special în tandem cu Arșinel. Prestații — profitabile — la care s-au adăugat aparițiile frecvente în clipuri, pe panouri publicitare, care n-au fost văzute cu ochi buni de unii actori, mulți dintre ei distanțându-se de ea. „Ieri", Stela Popescu a fost o vedetă; azi, un „produs" comercial.

În aceeași emisiune l-am revăzut și pe Hamdi Cerchez recitând. De multă vreme acest gen de manifestare actoricească a căzut în uitare. Și e mare păcat, pentru că oferă actorului șansa de a-și pune în evidență cele mai subtile și expresive calități, și nouă, bucuria aleasă de a pătrunde pe această cale în literatura de valoare, iar pe de altă parte, ar „reînvia" texte — poezie, proză, eseu — de mare valoare prin recitare. Texte din Nichita Stănescu, Gellu Naum — de care mă îndoiesc că tânăra generație a auzit — sau, de ce nu, din Emil Cioran. *(Dorin Măran)*

APRILIE

Războinica planetă Marte şi zodia Berbec sunt cele care guvernează pe cei născuţi în această lună. Nu puţini sunt cei care văzând lumina zilei în aprilie au avut un cuvânt greu în istorie, literatură, artă sau ştiinţă.

În mitologia greacă planeta Marte, care se numea „Lordul Războiului", îşi pune amprenta asupra acestor nativi. Am putea spune că v-aţi născut lideri dar, cu toate acestea, din cauza nerăbdării native cu care sunteţi înzestraţi veţi învăţa multe din greşelile dumneavoastră. Dorinţa puternică şi veşnicul neastâmpăr trebuie să fie bine controlate pentru a nu lua decizii pripite. Unii vă percep ca pe nişte persoane competitive, alţii vă consideră motivaţi în tot ceea ce întreprindeţi. Mai mult decât orice alt semn al zodiacului, sufletele născute în luna aprilie trebuie să înveţe statornicia, organizarea şi, mai presus de toate, diplomaţia.

Bărbaţii conduşi de planeta Marte au abilităţi militare, de inginerie şi sunt atraşi de sporturile periculoase şi de viteză. Din cauza personalităţii „turbo", sunteţi, de asemenea, predispuşi accidentelor la cap şi ar trebui să-l protejaţi. Atât femeile cât şi bărbaţii născuţi în luna aprilie au tendinţa de a vorbi prea mult şi trebuie să înveţe să asculte pe ceilalţi şi să-şi controleze nerăbdarea.

Temperamentul exploziv vă este generat de o frică înnăscută de respingere şi de un complex de inferioritate. Atitudinea de „copil" ar putea atrage pe cei care vor să vă manipuleze şi doresc să vă folosească creativitatea şi imensa energie de care dispuneţi.

Atunci când vă întemeiaţi o familie o faceţi cu toată responsabilitatea dar întotdeauna aveţi momente de plictiseală iar dacă partenerul nu se ridică la nivelul pretenţiilor dumneavoastră, gata, totul se stinge la fel de repede cum s-a aprins. Vă înţelegeţi cel mai bine cu nativii născuţi în luna decembrie, pe plan profesional, cu nativii din ianuarie, pe plan emoţional, cu cei din iulie, financiar cu cei din mai, spiritual cu cei din martie şi pe plan creativ cu nativii lunii august.

Sunteţi energici, îndrăzneţi, plini de viaţă şi luptători. Tânjiţi după aventură şi vă place să călătoriţi în lume. Oamenii vă vor admira întotdeauna independenţa şi libertatea de expresie în tot ceea ce faceţi. Aţi putea opta pentru munca unde sunteţi propriul şef, deoarece urâţi să vi se spună ce aveţi de făcut. Pentru dumneavoastră, atingerea obiectivelor este foarte importantă. Ştiţi exact ce vreţi şi nu aveţi nicio problemă în a vă urmări scopurile. Din instinct ştiţi exact ce aveţi de făcut şi în niciun caz nu vă lăsaţi conduşi de lene. Acceptaţi toate experienţele ca pe o provocare. Oamenii cu care sunteţi asociaţi vor afla foarte repede că dacă nu ţin pasul cu dumneavoastră vor fi lăsaţi deoparte.

Toate trăsăturile enumerate aici reflectă energie pozitivă, entuziasmul şi încrederea cu care sunteţi nativ înzestraţi, însă unii vă pot percepe ca lipsiţi de tact şi indiferenţi, chiar şi atunci când le oferiţi sfaturi pertinente. Din punctul dumneavoastră de vedere este o chestiune de percepţie a lumii din jur şi nu trebuie să uitaţi niciodată că nu toată lumea este la fel de isteaţă, capabilă şi să conştientizaţi faptul că trebuie să vă înarmaţi cu multă răbdare şi blândeţe atunci când intraţi în contact cu altcineva.

Calităţi: loiali, ambiţioşi, independenţi, curajoşi, cinstiţi.

Defecte: impulsivi, grăbiţi, încăpăţânaţi.

De cine să vă feriţi? Feriţi-vă de divergenţele cu cei născuţi în lunile ianuarie, iulie, august şi octombrie.

În luna mai vă vom face cunoscute caracteristicile celor născuţi în această perioadă.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Femei influente, puternice şi bogate ale istoriei ■ Obiceiuri româneşti de Paşti ■ Sacrificiul „Trandafirului Alb" ■ Felinare thailandeze şi terminologia OZN ■ Vinerea Patimilor ■ Muzeul Satului din Chieşd ■ Un alt fel de ou pascal ■ Rio 2 — explozie de culori, optimism şi muzică

HOROSCOP
14-20 aprilie 2014

BERBEC 21.03-20.04

Sunteţi hotărâţi să puneţi în aplicare toate planurile şi ideile pentru a obţine succesul scontat. Nu dezvăluiţi însă toate planurile colegilor de serviciu, uneori sfaturile primite vă pot provoca mari pierderi. Acasă, încercaţi să fiţi mai prietenoşi cu copiii.

TAUR 21.04-21.05

Săptămâna este marcată de schimbări nu foarte importante dar demne de luat în seamă. Aruncaţi o privire la ceea ce aţi terminat zilele trecute şi faceţi bilanţul realizărilor. Nu pierdeţi în vedere şi faptul că destui vă cer să-i ajutaţi. Ştiţi cum se spune: „Să nu ne dea Dumnezeu pe cât putem să îndurăm.".

GEMENI 22.05-21.06

Dacă sunteţi în căutarea unui loc de muncă, acum este timpul cel mai potrivit ca să daţi curs ofertelor primite. Nu se ştie niciodată de unde se iveşte ocazia mult aşteptată. Sentimental, simţiţi că vă lipseşte ceva. Poate mai multă afecţiune sau mai multă seriozitate din partea dumneavoastră.

RAC 22.06-21.07

Nu neglijaţi obligaţiile faţă de cei dragi. Trebuie să munciţi din greu pentru a face faţă nevoilor dumneavoastră, ale familiei şi la serviciu. Vă simţiţi cuprinşi de lene şi parcă nimic nu merge cum aţi dori. Atenţie, acum mai mult ca niciodată, şi cei mai mici membri ai familie au nevoie de atenţie şi îndrumare.

LEU 22.07-22.08

Stabiliţi-vă priorităţile pentru a duce un stil de viaţă sănătos. Stresul şi-a cam pus amprenta asupra dumneavoastră şi v-a transformat în nişte persoane irascibile. Începeţi o dietă bine pusă la punct şi nu mâncaţi haotic. Aveţi grijă de sănătate!

FECIOARĂ 23.08-22.09

Alungaţi monotonia. Deşi simţiţi că vă concentraţi greu şi sunteţi uneori somnoroşi, îndepliniţi sarcinile de rutină fără probleme. Un aport de vitamine vă poate remonta şi dacă vă odihniţi un pic mai mult ca de obicei vă veţi recăpăta forţa.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Vă pregătiţi de o sărbătoare în familie şi asta vă pune puţin în stare de alertă. Vreţi să organizaţi totul singuri ca să demonstraţi cât de capabili sunteţi. Aveţi grijă să nu vă depăşiţi limitele. Mai bine acceptaţi şi ajutorul jumătăţii dumneavoastră pentru a nu rata totul.

SCORPION 23.10-21.11

Urmează o săptămână destul de sensibilă pentru majoritatea nativilor acestei zodii. Agitaţia dumneavoastră poate fi justificată prin presiunea pe care o simţiţi că o fac cei cu care aveţi de încheiat o afacere sau de semnat un act oficial. Asiguraţi-vă doar că procedaţi corect.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Sănătatea partenerului sau al oricărui alt membru al familiei necesită o atenţie serioasă din partea dumneavoastră. Se anunţă şi un câştig surprinzător care pică bine având în vedere că doriţi să faceţi şi unele investiţii pentru casă. Aveţi grijă să păstraţi o mică sumă şi pentru zilele mai puţin favorabile.

CAPRICORN 22.12-19.01

În sfârşit, succesul vă zâmbeşte iar un prieten influent pune o vorbă bună în favoarea dumneavoastră în timpul unui eveniment. Acest lucru poate deschide uşa închisă de prea multă vreme. Poate cu acest ajutor vă împliniţi o ambiţie importantă.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Propriile nevoi şi creativitatea ar trebui să fie onorate fără întârziere. Nu vă grăbiţi dacă vreţi să puneţi punct unei relaţii. Această decizie nu ar trebui luată niciodată în grabă. Cei de acasă au observat că sunteţi mai pesimişti ca de obicei şi sunt pregătiţi să vă susţină. Totul este să le cereţi ajutorul.

PEŞTI 19.02-20.03

Trebuie să daţi mai multă libertate membrilor familiei, mai ales dacă doriţi să evitaţi un conflict serios cu aceştia. Cooperarea poate fi benefică şi vă poate aduce liniştea necesară pentru a vă concentra mai bine asupra unor reale probleme. Uneori reacţionaţi cu mai mult scepticism decât este necesar.

NATIVUL SĂPTĂMÂNII: Charlie Chaplin (16.04.1889-25.12.1977)

A devenit un simbol la nivel mondial prin intermediul personajului „Vagabondul" şi este considerat una dintre cele mai importante figuri ale istoriei industriei filmului. Cariera acestui reprezentant al zodiei Berbec a durat mai mult de 75 de ani, timp în care a scris, regizat, produs, jucat şi a compus muzica pentru cele mai multe dintre filmele sale.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon:
0213178964

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA	PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	5,50 LEI	❑ 4 LUNI	22,00 LEI
❑ 2 LUNI	11,00 LEI	❑ 5 LUNI	27,50 LEI
❑ 3 LUNI	16,50 LEI	❑ 6 LUNI	33,00 LEI

(Marcaţi cu un X perioada dorită a abonamentului)

DATA DE ÎNCEPERE A ABONAMENTULUI: _____

NUME _____ PRENUME _____

ADRESA: str. _____, nr. _____, bl. _____, sc. _____, et. _____, ap. _____, sector _____, localitate _____, cod _____, judeţul _____.

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal [pe adresa: Ionescu Simion — la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701], contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat) şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la tel. 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente trimiţând, pe adresa redacţiei (Ionescu Simion, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701), un plic cu un cec reprezentând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni).

Abonaţi-vă la magazin

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION — la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

Biblioteca Judeţeană MUREŞ TÂRGU MUREŞ

SERIE NOUĂ - 1190 ● ANUL LVII ● 17 APRILIE 2014 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 16 (2940)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro
Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro
SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINȚIFIC INDEPENDENT

■ *Paştele ne învaţă că poţi să aşezi adevărul chiar şi într-un mormânt, dar acesta nu va rămâne acolo.*
Clarence W. Hall

■ *Banii care vin spre noi ne pot face aroganţi şi zgârciţi, cum succesul ne poate răsturna în abisul înfricoşător al patimilor sufleteşti.*
Părintele Nicolae Steinhardt

Redacţia urează tuturor cititorilor şi colaboratorilor

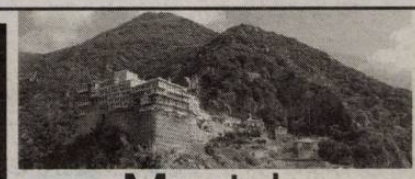
Paşte fericit!

Stânca s-a rostogolit de la intrarea în mormânt nu pentru a-i permite lui Christos să iasă, ci pentru a-i lăsa pe discipoli să intre.

Peter Marshall

Mathieu Le Nain

16
5 948427 000102



Terra X
Muntele **ATHOS**

Consultaţii fără plată
SUFERINŢELE tinerelor mame

Femina club
Pentru dumneavoastră, doamnă
Lumina — medicament
Dosarele frumuseţii
Sfaturi utile

Istorii uitate
SACRIFICIUL „Trandafirului Alb”

Minuni ale lumii
VINEREA patimilor

La graniţa realului
Felinare thailandeze şi terminologia
OZN

TV
■ TVR 1 ■ Pro TV ■ Antena 1
■ TVR 2 ■ Prima TV
■ Acasă ■ Pro Cinema

Biblioteca Judeţeană
MUREŞ
TARGU MURES

Femei influente, puternice şi bogate ale istoriei

Ecaterina cea Mare

Când vorbim despre bărbaţi puternici şi bogaţi, istoria lumii consemnează multe nume care au dăinuit peste timp. Dar, există şi pagini de istorie unde sunt înscrise numele unor femei care s-au dovedit la fel de puternice, de influente şi, poate, la fel de bogate. Dintre acestea le amintim pe: Eleanor de Aquitania, Hatshepsut, Maria Terezia, Împărăteasa Teodora, Împărăteasa Wu Zetian, Isabela I de Castilia, Elisabeta I a Angliei, Împărăteasa văduvă Cixi, Ecaterina a II-a a Rusiei, Regina Victoria.

Hatshepsut — faraon al antichităţii

A fost al 5-lea faraon din a XVIII-a Dinastie a Egiptului Antic şi a trăit între anii 1508-1458 î.Hr., fiind recunoscută ca una dintre cele mai puternice femei ale antichităţii. Căsătorită cu fratele său vitreg, Thutmose al II-lea, au condus Egiptul după moartea tatălui lor, pentru ca rămasă văduvă, în 1479, Hatshepsut să conducă singură ţara până la sfârşitul vieţii. Unii istorici şi egiptologi o consideră a fi unul dintre cei mai mari monarhi ai Egiptului Antic.

Împărăteasa Teodora — cea mai influentă femeie din Evul Mediu

Ca soţie a Împăratului Iustinian a condus imperiul Bizantin împreună cu acesta, fiind considerată una dintre cele mai influente şi puternice femei ale Evului Mediu. Înainte de căsătorie era o actriţă ce distra nobilii pe la banchete, devenind curtezana multor bogaţi ai vremii. O dată trecută la creştinism, viaţa Teodorei s-a schimbat iar în 523 s-a căsătorit cu Iustinian, preluând puterea, împreună cu soţul ei după moartea împăratului Iustin (527). Printre multe decizii luate (legea prin care femeile puteau divorţa şi dreptul de proprietate, interzicerea prostituţiei, pedeapsa cu moartea pentru viol şi interzicerea uciderii femeilor ce comiteau un adulter) împărăteasa Teodora a participat la construirea Constantinopolului. Teodora a decedat în anul 548.

Maria Terezia a Austriei

Fondatoare a Academiei Imperiale şi Regale de Ştiinţă şi Literatură din Bruxelles, sprijinitoare a cercetărilor medicale (a oferit donaţii în bani Universităţii din Viena), Maria Terezia (1717-1780) a venit pe tronul Imperiului Habsburgic în 1740, după moartea tatălui său, împăratul Charles al VI-lea. A adus multe schimbări politice şi economice în imperiu şi tot ea a început Revoluţia Diplomatică din 1756 când a încheiat alianţă cu Franţa, fost inamic, reuşind astfel să reziste presiunilor noii alianţe dintre Prusia şi Marea Britanie. Printre reformele civile promovate de împărăteasă s-a aflat oprirea torturii şi arderii vrăjitoarelor şi abolirea pedepsei capitale.

Wu Zetian — singura femeie împărat din China

A trăit (625-705) în timpul Dinastiei Tang şi era fiica unei familii de nobili bogaţi. La 13 ani a fost trimisă la curtea împăratului Taizong, pentru a deveni una dintre concubine. De atunci viaţa ei a devenit o luptă pentru putere. S-a căsătorit cu împăratul Gaozong, succesorul tronului după moartea lui Taizong, fiind astfel una dintre cele mai influente şi puternice femei ale Chinei. După moartea soţului său a preluat puterea, devenind singura femeie din istoria Chinei care a domnit ca împărat. În ciuda cruzimii ei în lupta pentru putere (a ucis sau exilat mulţi nobili), *Wu Zetian* a făcut şi lucruri pentru care istoria o admiră (a răspândit budhismul declarându-l religie oficială, a redus taxele şi a crescut producţia agricolă). A murit pe când avea 80 de ani, în anul 705.

Ecaterina a II-a a Rusiei

Domnia sa a durat 34 de ani, din 1762 şi până în 1796, când a decedat rămânând în istorie şi sub numele de *Ecaterina cea Mare*. De origine poloneză, născută într-o familie de prinţi germani în anul 1729, Ecaterina, mutată în Rusia, s-a căsătorit cu Petru al III-lea, moştenitorul tronului. Conspirând cu garda imperială, printr-o lovitură de stat (1762) îşi detronează soţul şi devine împărăteasa Imperiului Rus, care, pe timpul domniei sale se întindea pe trei continente: Europa, Asia şi America de Nord. Istoria consemnează fapte remarcabile ale împărătesei: a introdus idei iluministe în politică, a sprijinit arta şi a avut o politică externă de succes. În acelaşi timp Ecaterina cea Mare a fost femeia căreia nu i-a plăcut să fie ameninţată de nimeni şi de nimic.

Aşadar, femei puternice şi influente care au scris pagini memorabile de istorie.

IOANA FLORIA

Pulsul Planetei

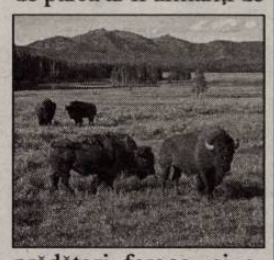
Japonia a cedat

În urma dovezilor incontestabile legate de vânătoarea ilegală de balene a japonezilor din Oceanul Arctic, Curtea Internaţională de Justiţie a luat în 31 mai decizia fermă de a obliga Japonia să nu mai emită pescarilor industriali permise pentru capturarea balenelor. După cum bine se ştie, scopul ştiinţific invocat de Japonia când era acuzată – cu dovezi – de vânătoarea masivă şi frecventă de balene, a fost mereu pur comercial. Organizaţia ecologică neo-zeelandeză Sea Sheppard a strâns o mulţime de dovezi în acest sens dar reacţia Japoniei a fost mereu duplicitară.

Dovezi clare se regăsesc şi în pieţele de peşte, unde carnea de balenă abundă. De astă dată – tardiv, din păcate – autorităţile din Tokyo au promis că vor respecta legislaţia internaţională. Organizaţiile internaţionale aflate în posesia tuturor datelor care s-au putut obţine apreciază că între 1987 şi 2010 numărul de balene capturate de Japonia în scop comercial a fost de aproximativ 10.000 de exemplare.

Panică în Yellowstone

În celebrul parc naţional american bizonii au un comportament anormal: se agită haotic, aleargă înspăimântaţi de parcă ar fi urmăriţi de



prădători feroce, şi aceasta după cutremurul de 4,8 pe scara Richter care a avut loc în luna martie. Unii observatori consideră că seismul i-a bulversat, alţii sunt de părere că anticipează erupţia supervulcanului adormit de 640.000 de ani – descoperit în 1960 – care ar putea distruge o mare parte din statele americane.

DORIN MĂRAN

Despre martiri

Să vorbim corect!

„A avut parte de o moarte martirică, chinuitoare şi dureroasă". Exprimarea am auzit-o de mai multe ori, în special în aceste ultime săptămâni.

Se întâmplă adesea ca de dragul elocinţei să ne ia, ca să zic aşa, gura pe dinainte, şi să neglijăm cu totul corectitudinea.

În exemplul nostru întâlnim nu unul ci chiar două pleonasme.

„O moarte martirică" este aceea prin care un personaj îşi găseşte sfârşitul prin suferinţă, supliciu, tortură şi suportă toate de dragul unei idei la care refuză să renunţe.

Aşadar, oricât de pătrunşi am fi de tragicele poveşti ale martirilor, evocaţi de istorie sau de hagiografie, ar trebui să manifestăm ceva mai multă atenţie şi vorbirii nu de alta, da' să nu ne facem de râs.

În exemplul citat, prin eliminarea a două adjective — oricare la alegere! — cuvintele ar fi pierdut poate din patos dar ar fi câştigat corectitudine! *(I.S.)*

Ce ştii dacă trăieşti în România...

Americanul Justin Carmack este pasionat de călătorii şi, începând din 2011, când a plecat într-o excursie organizată de universitatea sa în Africa de Sud, a vizitat 63 de ţări din întreaga lume.

La sfârşitul anului trecut a ajuns şi în România, atunci când protestele legate de câinii vagabonzi erau la ordinea zilei. Dincolo însă de acest aspect, el a consemnat şi o serie de informaţii referitoare la cultura şi civilizaţia noastră multimilenară, pe care presa le-a remarcat, cu o precizare halucinantă: *circa 80% din români NU cunosc aceste lucruri*, deşi, practic, este vorba despre însăşi fiinţa lor. Iată câteva!

■ Bancnota de 10 bani emisă în 1917 este cea mai mică bancnotă imprimată vreodată (27,5 x 38 mm).

■ Motorul avionului cu reacţie a fost inventat, în 1910, de Henri Coandă, savant născut la Bucureşti.

■ În Braşov se află una dintre cele mai mari biserici gotice (Biserica Neagră), alături de cele din Viena şi Istanbul. Ea deţine cea mai mare orgă din Europa, cu 4.000 de tuburi, precum şi cel mai mare clopot din România (6,3 tone).

■ Castelul Peleş a fost primul castel european iluminat în întregime electric. Electricitatea a fost produsă de propria centrală a palatului, iar sistemul de încălzire, construit în 1888, este încă funcţional şi se foloseşte şi astăzi.

■ Al doilea cel mai mare gheţar subteran se află la Scărişoara, Munţii Bihor; are un volum de 75.000 de metri cubi şi vârsta de 3.500 de ani.

■ Timişoara a devenit în 1889 primul oraş din Europa cu iluminat electric stradal, dar şi primul care a introdus, în 1869, tramvaiele trase de cai.

■ Stiloul a fost inventat de craioveanul Petrache Poenaru (1799-1875) şi a fost patentat în mai 1827.

■ Cea mai înaltă biserică de lemn din lume şi a doua cea mai înaltă structură din lemn din Europa se găseşte la Săpânţa Peri, în Maramureş (78 metri); crucea are înălţimea de 7 metri şi cântăreşte 400 kilograme.

■ Omul de ştiinţă care a descoperit insulina a fost românul Nicolae Paulescu, pe care a botezat-o *pancreină*. Ulterior, doi cercetători canadieni au primit premiul Nobel, în 1923, pentru studiul insulinei.

■ Canalul Dunăre-Marea Neagră este a treia cea mai lungă rută navigabilă făcută de mâna omului, după canalele Suez şi Panama.

■ Cele mai vechi fosile ale lui *Homo sapiens* de pe teritoriul Europei, cunoscute până în prezent, au fost descoperite în 2002, în sud-vestul României, în Peştera Oaselor. Vechimea fosilelor este estimată între 37.800 şi 42.000 de ani.

■ Munţii Carpaţi adăpostesc una dintre cele mai mari păduri virgine din Europa, în cuprinsul căreia sălăşuiesc 400 de specii de mamifere, inclusiv capra neagră românească. Aproape 60% din populaţia de urşi bruni din Europa trăieşte în aceşti munţi.

■ Dunărea se întinde pe 2.860 km, de la izvoare (Munţii Pădurea Neagră din Germania), până la Marea Neagră. Înainte de vărsare el formează a doua cea mai mare şi mai bine conservată deltă din Europa: 5.050 de kilometri pătraţi de râuri, canale, insule de stuf şi mlaştini populate de o fauna absolut fabuloasă.

■ Actorul care a interpretat pentru prima dată rolul lui Tarzan a fost românul Johnny Weissmuller, din Timişoara, care a jucat în filmul „Tarzan, omul maimuţă", în 1932.

■ Statuia regelui dac Decebal, săpată în malul stâncos al Dunării, este cea mai înaltă sculptură în piatră din Europa: 55 de metri.

■ Inventatorul român Traian Vuia a fost primul european care a construit şi a zburat cu un aeroplan automobil autopropulsat, cu aripi fixe, la 18 martie 1906.

■ Mănăstirea Voroneţ din Moldova este considerată varianta românească a Capelei Sixtine.

■ Trei tăbliţe din lut, din jurul anului 5.300 î.Ch., descoperite lângă satul Tărtăria, în centrul României, au iscat discuţii aprinse între specialişti din întreaga lume, unii susţinând că simbolurile de pe ele reprezintă cea mai veche formă de scriere din lume, devansând-o pe cea sumeriană cu peste un mileniu.

■ Palatul Parlamentului din Bucureşti este a doua cea mai mare clădire din lume, după cea a Pentagonului din SUA.

■ România este a noua cea mai mare producătoare de vin din lume.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – *Preşedintă*
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ioana Floria, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

ECHIPA DE SERVICIU:
Responsabil de număr: Ioana Floria
Secretar de redacţie: Ionel Cojocaru

PUBLICITATE: Tel./Fax: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI) Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor şef

DOREL DORIAN, ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:

„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: **INTACT S.A.**

Succes al inventicii româneşti

Cercetarea ştiinţifică românească, deopotrivă cu aplicaţiile invenţiilor, este pusă în umbră, probabil din cauza problemelor de finanţare sau a excesului birocratic. Din fericire, există şi excepţii, cum ar fi, de pildă, tehnologia OnAirCamera, realizată în cadrul Centrului Est-European pentru Cercetare Aplicativă Interdisciplinară din Geneva, creat de cercetători români şi condus de Mircea Tudor, laureat al Marelui Premiu de la Geneva în 2009 şi 2013.

Este vorba de un sistem de camere video care urmăresc mişcările utilizatorului în diverse contexte, permiţând montajul rapid al imaginilor sub forma unui film personalizat, transmis instantaneu smartphone-ului.

Dintre cele 30 de invenţii ale cercetătorilor români, prezentate recent în cadrul Salonului internaţional al invenţiilor din Geneva, cel mai important din lume, la care au participat 45 de ţări, 24 de invenţii româneşti au fost premiate. Cât despre sistemul OnAirCamera, brevetul acestuia a fost achiziţionat de o companie elveţiană.

Magia tridimensională

Cutie craniană din plexiglas

După ce o echipă de chirurgi olandezi din Centrul medical universitar din Utrecht, a observat, în cazul unei paciente în vârstă de 22 de ani care suferea de migrene, tulburări motorii de coordonare şi de pierdere parţială a vederii cauzate de o anomalie a cutiei craniene că aceasta s-a îngroşat în partea superioară, au apelat la specialişti în reconstrucţie 3D.

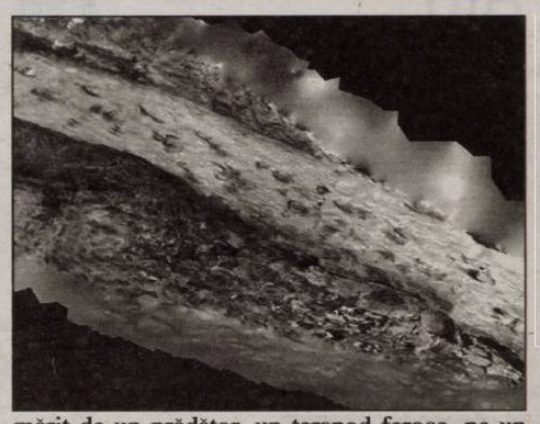
Aceştia au realizat o proteză din plexiglas transparent, capabil să reziste la coroziune şi să

respingă radiaţiile ultraviolete. A urmat intervenţia chirurgicală care s-a derulat de-a lungul a două zile. O operaţie extrem de delicată şi extenuantă în urma căreia cutia craniană a fost decupată de la baza frunţii până în zona din spatele urechilor, după care proteza, evident, mai bombată, a fost perfect ajustată.

Au trecut trei luni de la intervenţie şi pacienta se simte excelent. În urma tratamentelor oftalmologice e foarte posibil să-şi recapete integral vederea. În curând va beneficia şi de implanturi de păr artificial.

Paşi de giganţi

În urmă cu 112 milioane de ani, un sauropod, dinozaur ierbivor uriaş, cu gâtul lung, a fost urmărit de un prădător, un terapod feroce, pe un teren umed din zona oraşului Glen Rose din Texas.



O întâmplare obişnuită, ca multe altele, dar care a lăsat urme. Amprentele din sol, descoperite în 1917 de paleontologi, au dispărut în mare parte, dar, din fericire, toate au fost fotografiate pe un traseu cu o lungime de 45 de metri. Au fost dizlocate câteva calupuri din solul care purta amprentele şi au fost conservate şi depozitate, în cea mai mare parte, în Muzeul american de istorie naturală din New York.

Utilizând vechile fotografii, o echipă de cercetători americani a reconstituit în trei dimensiuni întregul traseu punctat de amprentele dinozaurilor, o performanţă asigurată de fotogrametrie, o tehnică de reconstituire numerică ce permite realizarea de măsurători spaţiale ale imaginilor fotografice.

Tablou spaţial

Prelucrarea numerică a unui tablou şi reconstituirea sa în trei dimensiuni ne introduce într-un univers fabulos, mai ales dacă artistul l-a redat cu perspectivă. Un specialist ungur a realizat recent o modelizare completă în trei dimensiuni a unui tablou realizat în 1896 în care este reprezentată o scenă de război din timpul asediului unui castel din Budapesta de către invadatorii otomani.

Proiectul, definitivat după două luni de muncă intensă, a debutat cu analiza spaţială a operei pe baza unei fotografii de înaltă rezoluţie, etapă în care a fost definită poziţia în spaţiu a reprezentărilor. A urmat o modelizare numerică în 3 dimensiuni a fiecăreia şi a de-

taliilor, urmată de redarea culorilor. Nu a reuşit să reconstituie însă imaginile în care era pictat fumul şi praful.

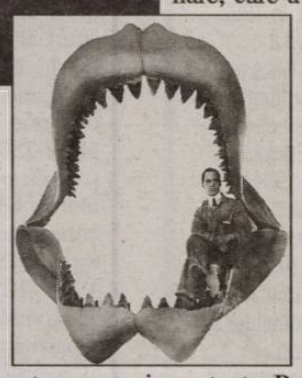
Pentru a rezolva această problemă a creat imagini similare fotografiind vaporii emişi de o ţigară electronică luminaţi de două lămpi cu led care nu se observă însă în fotografie. Scena, recreată virtual, induce senzaţia că eşti martorul asediului care a avut loc, dar într-o ipostază imortalizată...

Un vânător feroce

Scafandrii Institutului spaniol de oceanografie au descoperit la poalele unui munte submarin, în apropiere de insula La Graciosa (Canare), oseminte de animale acoperite de sedimente, într-o bună stare de conservare. Printre ele se aflau şi ale unei mari specii de rechini care a trăit în Miocen (în urmă cu 5-23 milioane de ani). Este vorba despre un megalodon (denumirea ştiinţifică: Carcharodon megalodon), cu o lungime de 20 de metri şi o greutate de aproximativ 100 de tone!

Paleontologii şi ihtiologii sunt de multă vreme interesaţi de acest uriaş al mărilor şi oceanelor ancestrale. Au identificat de-a lungul ultimelor decenii oseminte de megalodon, dar niciodată într-un număr atât de mare şi într-o stare de conservare similară. Celelalte oseminte aparţin unui mamifer asemănător lamantinului, denumit sirenian, şi unei balene. Această descoperire reprezintă un eveniment de mare importanţă ştiinţifică întrucât a furnizat noi informaţii legate de ecosistemul acvatic din apele insulelor Canare din acea epocă.

Rechinul avea un cap uriaş şi dinţi feroce care puteau sfâşia părţi din corpul balenelor, una dintre sursele de hrană. Prăzile predilecte erau delfinii, focile, peştii de mari dimensiuni, broaştele ţestoase. Megalodonii se găseau în toate oceanele lumii şi se deplasau pe distanţe uriaşe. Frecventau zonele de coastă pentru a se reproduce, zone agreate şi de specimenele mici care găseau cu uşurinţă mai multă hrană. Prezenţa exemplarelor uriaşe în apele insulelor Canare, care aveau nevoie de mari cantităţi de hrană pentru a se dezvolta, demonstrează faptul că în aceste zone oceanice, ca şi în altele, de altfel, populaţiile de vieţuitoare erau importante. Pe de altă parte, a fost pusă în evidenţă pentru prima oară prezenţa sirenienilor în acest areal oceanic.

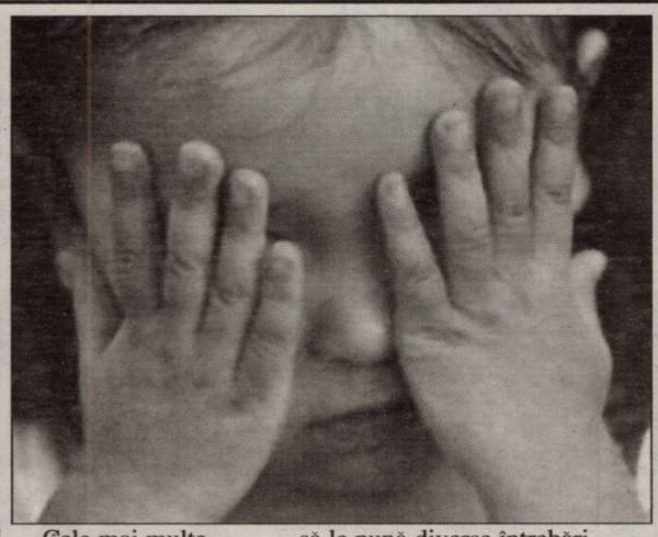


O nouă enigmă marţiană

În recentele imagini transmise de robotul Curiosity apare o lumină bizară; o nouă provocare pentru cei care speră sau sunt convinşi că pe Marte există forme de viaţă extraterestră inteligentă. Lumina a fost surprinsă de una dintre camerele de luat vederi pe sol, la orizont, în regiunea denumită Kimberley, următoarea destinaţie a robotului, în care se află patru tipuri de roci pe care acesta le va studia, efectuând totodată foraje în sol.

Unii „specialişti" consideră că lumina vine de la suprafaţa solului şi nu din cer, ceea ce presupune existenţa „vieţii inteligente". Alţii sunt de părere că lumina e rezultatul impactului unei raze cosmice asupra camerei de luat vederi sau o reflectare a razelor solare. Se aşteaptă lămuriri din partea NASA care până acum nu a făcut niciun comunicat legat de acest fenomen.

Memorie infantilă



Cele mai multe persoane nu-şi pot aminti evenimentele trăite înainte de vârsta de 3 ani. Un fenomen pe care neuropsihologii îl numesc „amnezie infantilă": incapacitatea de a recupera amintirile autobiografice din primii ani ai vieţii. Când se şterg din memorie aceste amintiri? Şi de ce? Întrebări care i-au preocupat pe specialişti de zeci de ani dar la care nu s-au găsit răspunsuri viabile.

Un studiu amplu a fost efectuat de cercetători americani de la Universitatea Emory din Atlanta la care au participat, ca subiecţi, cu ani în urmă, 83 de copii în vârstă de 3 ani. Într-o primă etapă le-au cerut părinţilor să le pună diverse întrebări legate de amintiri din ultimele 6 luni, cum ar fi de pildă sărbătoarea aniversară, o vizită la grădina zoologică, nume de personaje de desene animate ş.a.m.d., fiecare răspuns fiind consemnat. Copiii au fost chestionaţi anual. Când au ajuns la vârsta de 7-8 ani au fost supuşi unor noi teste mnemotehnice.

Aceştia aveau mai multe amintiri şi mai exacte din prima copilărie decât în anii precedenţi. În următorii ani, amintirile s-au estompat. Una dintre cauze ar putea-o reprezenta acumularea de amintiri mai „concrete", mai complexe, care le şterg pe cele vechi.

Pagină realizată de DORIN MĂRAN

Sacrificiul „Trandafirului Alb”

Opoziţia paşnică faţă de militarismul şi atrocităţile nazismului a cunoscut numeroase forme de manifestare în rândul populaţiei germane din acea perioadă, când Hitler instaurase frica şi teroarea în propria ţară. Un destin cumplit a avut o grupare de studenţi şi intelectuali germani din perioada 1942-1943, grupare care s-a autointitulat „Trandafirul Alb” şi ai cărei principali membri aveau între 20 şi 26 de ani. Urmăriţi de Gestapo, ei au fost prinşi prin intermediul unor informatori şi executaţi în urma unor procese sumare.

Fraţii Sophie şi Hans Scholl, pe un timbru comemorativ

Apel disperat către intelectuali

Mai mulţi studenţi ai Universităţii din München au fondat „Tradafirul Alb”, organizaţie de opoziţie pasivă faţă de regimul celui de-al Treilea Reich cu vederi intelectuale şi care se adresa intelectualităţii din acea perioadă a nazismului. Printre membrii fondatori ai mişcării studenţeşti au fost fraţii Sophie şi Hans Scholl, Chriostoph Probst, Willie Graf şi alţii cărora li s-a alăturat şi profesorul Kurt Huber şi chiar şi unii preoţi şi pastori. Motivele pentru care aceşti entuziaşti ai dreptăţii şi toleranţei au fost cât se poate de evidente, căci ei nu s-au bazat pe ipoteze şi teorii, ci pe observarea directă a comportamentului militarilor germani faţă de evreii din Germania şi chiar şi din Polonia (au văzut situaţia îngrozitoare din ghetouri) şi starea de fapt a războiului. Studenţii demascau ambiţiile aberante ale lui Hitler şi scoteau în evidenţă catastrofa militară provocată armatei germane prin înfrângerile de pe frontul din URSS (înfrângerea de la Stalingrad).

Willie Graf, membru de frunte al organizaţiei

În prima parte a activităţii, membrii Trandafirului Alb au redactat manifeste cu caracter intelectual (folosind în sprijinul ideilor antinaziste citate edificatoare din Biblie, Dante, Novalis, Goethe etc.). Ei foloseau locaţii discrete precum ateliere mecanice sau pivniţe puse la dispoziţie de simpatizanţi. Din iunie 1942, când activitatea a început să fie mai intensă, şi până în februarie 1943, Trandafirul Alb a redactat şi împărţit şase manifeste. Zona preferenţială a fost, în prima perioadă, sudul Germaniei (Bavaria) şi Austria. Spre finele anului 1942 şi începutul lui 1943, studenţii au încercat să transforme zidurile Universităţii lor în spaţiu de afişat ideile lor antinaziste.

Trebuie subliniat eroismul acelor tineri care activau în condiţiile în care regimul lui Hitler era unul foarte dur şi suspicios. Aşa se face că un informator l-a recunoscut pe unul dintre membrii care împărţeau manifeste şi l-a turnat la Gestapo. Astfel, la 22 februarie 1943 au fost executaţi prin decapitare primii trei membri prinşi de poliţia politică. Recompensa de 1.000 de mărci a făcut ca şi ceilalţi membri să fie prinşi şi executaţi prin ghilotinare în vara lui 1943. Opinia publică a aflat despre activitatea lor şi cu ajutorul piloţilor americani care aruncau din avioane copiile manifestelor ajunse în SUA prin Norvegia.

Comemorarea eroilor

Astăzi, toţi membrii grupului intelectual de opoziţie Trandafirul Alb sunt consideraţi eroi şi li s-au ridicat statui, iar numele lor au fost date unor locaţii importante din München. Există şi premii literare acordate în memoria lor. În 2006, scriitorul român de origine evreiască Mihail Sebastian a primit post-mortem Premiul Geschwister Scholl- Preiss.

Fotodocument

TOKYO sub atac aerian american

La 18 aprilie 1942, forţele SUA au lansat ceea ce a intrat în istorie sub numele de „Raidul Doolittle”. A fost un atac aerian surpriză, gândit de colonelul Jimmy Doolittle ca răspuns la atacul japonez de la Pearl Harbor (7 decembrie 1941), pentru a dovedi că şi japonezii sunt vulnerabili. Bombardierele B25 Mitchell (16 în total) au fost lansate fără escortă de pe portavionul USS Hornet, ţinta fiind Tokyo şi alte obiective strategice din insula Honshu (cea mai mare a Japoniei). Fără pagube importante, raidul a fost un mare succes moral.

Scurte povestiri cu memorie lungă

● Operaţiunea „Covorul fermecat”

Încă din 1943, strategii americani au început să reflecteze asupra strategiilor de repatriere a personalului militar american implicat în peste 55 de zone de război din marile teatre de operare din Europa, Pacific şi Asia. Şeful Marelui Stat Major al Armatei SUA, generalul George Marshall a organizat echipele care urmau să se ocupe de reîntoarcerea militarilor în patrie, iar operaţiunea pusă la cale s-a numit „Magic Carpet” (Covorul Fermecat).

E dificil să ne imaginăm ce a însemnat revenirea acasă a peste opt milioane de oameni (din totalul de 16 milioane de purtători de uniformă militară ai SUA din acea vreme). Începând cu octombrie 1945, numai în Pacific s-au folosit peste 370 de nave. Pentru toate teatrele de război, în mod inevitabil s-au reorientat şi vasele de marină comercială şi cargourile, ca şi navele de război aflate deja în locaţiile bătăliilor finalizate. Operaţiunea a durat aproape un an, şi la un moment dat se ajunsese la ritmul de 435.000 de repatriaţi pe lună. O problemă aparte a constituit-o situaţia „mireselor de război”. Această denumire o purtau femeile căsătorite cu soldaţi americani din toate colţurile lumii. Peste 15.000 de femei, europence şi asiatice în principal, au fost duse în SUA cu soţii lor... Uriaşul efort naval şi organizatoric al americanilor s-a îndreptat şi asupra repatrierii prizonierilor de război germani şi italieni de pe teritoriul SUA (peste 1,4 milioane de oameni). Mulţi dintre cei repatriaţi au făcut atunci cunoştinţă cu celebrele distrugătoare, crucişătoare şi purtătoare de avioane ale Flotei SUA. Cronicile acelor vremuri spun că la un transport ar fi putut ajunge să fie la bord şi 15.000 de persoane (evident, pe nave colosale, cu o lungime de peste 250 de metri şi echipaje de peste o mie de militari). Ultimele trupe din zona Pacificului s-au întors în ţară în septembrie 1946 (127.300 de soldaţi).

Evident, şi Flota SUA a participat la Operaţiunea „Covorul fermecat”, cu milioane de ore de zbor. Excepţionala acţiune americană a cuprins şi soarta milioanelor de oameni ajunşi acasă, care trebuiau să ia viaţa de la capăt.

Nava de război USS North Carolina, de 230 metri lungime

● Efemerul Imperiu Vietnamez

Între 11 martie 1945 şi 23 august 1945 a existat Imperiul Vietnamez, un stat-marionetă al Imperiului Japonez care a cuprins întreg teritoriul Vietnamului de astăzi. Împăratul s-a numit Bao Dai, iar prim-ministrul a fost intelectualul de marcă Tran Trong Kim, cel care a reuşit în foarte scurt timp să impună reforme teritoriale, politice şi social-culturale de mare importanţă. Circumstanţele apariţiei acestui stat au fost următoarele. După ocuparea Franţei de către Germania nazistă, Vietnamul (aflat până atunci sub tutelă franceză, din 1884) a trecut sub influenţă japoneză, iar Japonia a permis stabilirea suveranităţii vietnamezilor. Guvernul proaspătului imperiu s-a reunit prima oară la 4 mai 1945, în capitala Hue. Cea mai importantă decizie a fost unificarea teritorială, adică alipirea celor trei provincii în care francezii împărţiseră ţara. Guvernul Kim a reformat (romanizat) scrierea, a stabilit culorile steagului naţional şi a acordat totală libertate presei.

Prim-ministru vietnamez Tran Trong Kim

Evoluţia războiului nu a fost favorabilă supravieţuirii acestui imperiu. După ce americanii au lansat prima bombă nucleară (Hiroshima, 6 august 1945) şi URSS a invadat Japonia (Manchiria), forţele mişcării comuniste Viet Minh (sprijinite de China şi iniţial de SUA), care luptaseră pentru independenţa faţă de Franţa, au preluat puterea şi Imperiul Vietnamez s-a dizolvat la 23 august 1945.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Astăzi în istorie

17 aprilie 1894

S-a născut Nikita Hruşciov

Urmaşul lui Stalin la conducerea URSS, Nikita Hruşciov s-a născut la 17 aprilie 1894 în gubernia Kursk (azi federaţia Rusă). A copilărit în Ucraina şi s-a calificat ca miner. Din adolescenţă a activat în sindicat şi apoi în rândul bolşevicilor. A luptat în Primul Război Mondial şi apoi a ocupat funcţii de conducere la Kiev şi Moscova. Din 1934 a fost primit în Partidul Comunist al URSS şi apoi a avansat, în 1939, în Biroul (Prezidiul) Politic.

În timpul celui de-al Doilea Război Mondial a fost „ofiţer politic” (echivalent cu gradul de general-locotenent) şi a fost activ pe toată durata războiului pe frontul din sudul ţării... Moartea lui Stalin, în 1953, a declanşat lupte în interiorul partidului, Hruşciov fiind învingător la 7 septembrie 1953 (ales lider). La scurt timp, adversarul său politic, Beria (şef la NKVD) a fost executat. La Congresul al XX-lea al partidului, în 1956, Hruşciov a şocat prin citirea unui document prin care îl acuza pe Stalin de cultul personalităţii şi de numeroase crime în perioada „purificărilor politice”. Începea un proces de destalinizare şi Hruşciov a devenit şi prim-ministru în 1958. Fenomenul a răcit relaţiile cu China şi a apropiat URSS de SUA. Nixon (vicepreşedinte) vizitează URSS în 1959. Cu toate acestea, liderul de la Moscova a lansat lozinca „Vă vom îngropa!”, adresată capitalismului.

Nikita Hruşciov, recunoscut pe plan internaţional (şi intern) drept „necioplit”, obişnuia să întrerupă discursurile care nu-i conveneau şi chiar să jignească pe unii delegaţi la ONU. În timpul „domniei” lui, a început ridicarea Zidului Berlinului, a fost zdrobită Revoluţia Maghiară (1956) şi s-a iniţiat Programul spaţial al URSS. Pactul de la Varşovia a fost alcătuit în mandatul său. În 1962, Criza cubaneză a rachetelor balistice a provocat nemulţumire printre fruntaşii de la Moscova şi Hruşciov a fost demis în 1964. A fost ţinut sub arest la domiciliu şi a murit la Moscova în 1971, la 76 de ani. El a încercat reforme în agricultură şi rezolvarea crizei locuinţelor. Se spune că arta şi literatura rusă au cunoscut o deschidere în perioada sa.

Descoperiri aproape de noi

Felinare thailandeze şi terminologia OZN

Ufologul francez Gilles Durand comenta, într-o notă, un fenomen care începe să fie din ce în ce mai răspândit. El dă ca exemplu o observaţie făcută la Lyon, pe 28 iunie 2013 de Nove-Josserand Sébastien, locuitor din centrul oraşului, în vârstă de 44 de ani, care declara: „Era exact ora 22.58; este timpul marcat pe fişierul video pe care l-am înregistrat. Eram la fereastra mea şi când mi-am întors capul spre dreapta, am văzut trei puncte galben-portocalii de pe cer. S-au deplasat încet şi la o altitudine joasă." Luminile au fost rapid ascunse de clădirile din jur. „A durat doar câteva secunde. Apoi am coborât, pentru a avea o imagine mai clară. Am urcat pe o stradă, dar nu mai era nimic pe cer".

Martorul a ezitat o zi înainte de a raporta observaţia. El era curios dacă au mai fost şi alţii care au văzut aceeaşi apariţie luminoasă inexplicabilă. A declarat: „Eu nu-mi pot explica acest fenomen luminos. Să fie oare ceva ce face parte dintre celebrele «OZN»-uri, sau a fost doar lansarea unor felinare thailandeze? Ceea ce mă face să ezit este că cele trei puncte luminoase care formau triunghiul nu şi-au schimbat distanţa dintre ele. Dacă ar fi fost felinare, n-ar fi putut păstra aceeaşi distanţă...".

În acest caz, ipoteza felinarului pare cea mai probabilă, cu atât mai mult cu cât în acea seară au avut loc la Lyon nişte festivităţi thailandeze. Totuşi nu s-a putut confirma sau infirma că s-ar fi lansat felinare luminoase cu această ocazie.

Cazul de la Lyon nu este nici pe departe izolat. Astfel de situaţii şi observaţii sunt, în ultimul timp, din ce în ce mai frecvante, inclusiv în România. „Lampioanele", „felinarele" sau „lanternele", thailandeze sau chinezeşti, sunt baloane de hârtie, cu un diametru de circa o jumătate de metru, având agăţate în partea de jos lumânări, care încălzesc aerul din balon, în acelaşi mod ca în cazul aerostatelor, iar în plus luminează pereţii de hârtie, cu o culoare predominant galbenă.

Daniel Robin, preşedintele asociaţiei franceze de ufologie *„Ovni Investigation"* spune că a întâlnit, în ultimul timp, multe cazuri similare cu cel de la Lyon. Dar părerea lui este că nu toate observaţiile de felul acesta pot fi catalogate drept felinare thailandeze. Acestea au caracteristici bine precizate. Totuşi sunt şi cazuri în care luminile observate fac viraje bruşte, în unghi de 90 de grade, păstrând o formaţie compactă, în ciuda unui vânt puternic. Felinarele n-ar fi în stare să se comporte astfel. Deci, OZN sau lanternă? Deocamdată, misterul rămâne nerezolvat.

Fenomene neidentificate

Gilles Durand a avut ocazia să discute cu un ufolog care a investigat o observaţie, raportată în presă drept OZN şi care s-a dovedit a fi un felinar thailandez. Cei care l-au lansat au fost identificaţi. S-a găsit, de asemenea, şi punctul în care obiectul a căzut, nu departe de nişte „cilindrii" de paie, fruct al mai multor luni de muncă ai unui agricultor, stingându-se după ce au ars mocnit, fără a cauza probleme. Dar situaţia ar fi fost diferită dacă ar fi căzut chiar pe paie. Vă puteţi imagina pierderea financiară pentru fermierul care, pe de altă parte, n-ar fi reuşit niciodată să afle nici cine a fost incendiatorul, nici cauza incendiului, acuzând probabil nişte răuvoitori.

Felinarele thailandeze, care provoacă atâta confuzie la nivelul ufologiei, sunt deci şi periculoase. Prin urmare, specialistul francez îşi pune problema dacă este normal ca aceste produse să fie vândute liber, aşa cum se întâmplă la ora actuală. „Ca de obicei" — spune Durand — „se aşteaptă să se petreacă o catastrofă pentru a interzice acest tip de distracţie, care n-ar trebui să se poată face decât în condiţii draconice de securitate, fără a supune pe alţii la riscuri importante şi chiar la un eventual prejudiciu".

O problemă interesantă, de o cu totul altă natură, este cea pe care o prezintă Nick Pope, fost angajat al Ministerului britanic al Apărării, într-un articol, intitulat „Ce e un nume?", postat în octombrie 2013, pe un site specializat în ufologie. Spicuim mai jos ideile principale ale acestui articol.

Oamenii au văzut lucruri ciudate pe cer încă de la începutul timpului, dar, dincolo de referirile biblice la „carele de foc", ori termeni de secol XX, precum: „Foo Fighters", „rachete fantomă" sau „avioane fantomă", povestea începe cu adevărat — spune Pope — în 1947, când Kenneth Arnold a observat nouă obiecte ciudate zburând deasupra munţilor Cascade din statul Washington. Atunci când a descris mişcarea obiectelor (şi nu forma lor, aşa cum se crede de multe ori), el a spus că

săltau într-un mod ciudat, „aşa cum sare o farfurioară aruncată razant pe apă". Mass-media au adaptat această declaraţie, spunând că martorul a văzut „farfurii zburătoare", nume care a rămas ataşat de acest mister modern.

În jurul anului 1951, şeful de atunci al Proiectului Blue Book, Edward Ruppelt, a decis, că ar fi fost nevoie de un termen mai ştiinţific — nu în ultimul rând deoarece „farfurie zburătoare" a devenit sinonim cu nave în formă de disc, în timp ce oamenii vedeau o mare varietate de diferite forme. Ruppelt a inventat prin urmare expresia „obiect zburător neidentificat", care a fost prescurtat în „OZN" (în engleză *„UFO"*). Lumea a rămas blocată pe acest nume o lungă perioadă de timp (şi mai este şi acum). Problema este că, în cultura populară, termenul de „OZN" a devenit sinonim cu „navă spaţială extraterestră", ceea ce conduce imediat la întrebări fără sens, cum ar fi: „Credeţi în OZN-uri?" Atunci când oamenii ar trebui să spună de fapt: „Credeţi că unele OZN-uri sunt vehicule extraterestre"?

Pope afirmă că acest lucru a fost o problemă şi la Ministerul britanic al Apărării. El a vrut, de pildă, să obţină finanţare pentru un proiect strict secret, privind informaţiile despre fenomenul OZN; dar era extrem de puţin probabil să se dea bani pentru un studiu privind un subiect atât de dubios. Pentru a avea o şansă, Pope a schimbat terminologia în „fenomene aeriene neidentificate" *(„Unidentified Aerial Phenomena"*, abreviat prin *„UAP")*. Strategia a funcţionat, iar studiul (devenit în cele din urmă *„Condign")* a primit finanţarea cerută.

Închiderea proiectului OZN al Ministerului Apărării din Marea Britanie, urmată de declasificarea şi punerea la dispoziţia marelui public a unei imense arhive cu fişierele proiectului, a condus, involuntar, la o nouă complicare a terminologiei. Oamenii continuau să vadă OZN-uri. Dar în timp ce rapoartele de la public puteau fi trecute cu vederea, în cazul în care un pilot militar vedea un OZN şi-l urmărea şi pe radar, lanţul de comandă nu-l putea ignora. Şi în cazul în care un avion comercial aproape se ciocnea cu un OZN, în mod clar, Consiliul *Airprox* din Marea Britanie (destinată incidentelor în care două aeronave trec periculos de aproape una de alta) nu putea rămâne indiferentă. Atâta doar că aceste cazuri erau examinate de-acuma individual, de la caz la caz, în afara oricărui program de investigaţie oficial constituit. Exista totuşi o problemă. Întrucât sloganul guvernului, debitat oricărui jurnalist sau persoane particulare care întreabă despre acest subiect, este că „Noi nu mai investigăm OZN-uri", piloţii folosesc mai nou, în loc de „OZN", expresii precum: „aeronave neobişnuite", „elicoptere neconvenţionale", sau variaţii pe aceeaşi temă.

Aeronave neobişnuite

Dincolo de faptul că această soluţie ajută la păstrarea integrităţii acelui „Noi nu mai investigăm OZN-uri", noua terminologie are şi alte avantaje. În primul rând, ea încurajează mai mulţi aviatori să facă rapoarte, deoarece stigmatul de a raporta un „OZN" (cu teama de a fi ridiculizat, de a nu fi crezut, sau de a-i fi pus la îndoială statutul de pilot activ) nu mai este o problemă. „Aeronavă neobişnuită" implică subtil că ceea ce a fost văzut a fost poate un nou avion de spionaj sau dronă, ceea ce este perfect acceptabil să vadă un pilot. Un alt mare avantaj al noilor denumiri este că ele evită răspunderea legată de legea Libertăţii de Informare, întrucât oamenii au tendinţa de a pune întrebări cu referire la „OZN-uri", şi nu la „aeronave neobişnuite". Nu este clar în ce măsură acest lucru a constituit o politică deliberată (întrucât o încercare deliberată de a submina libertatea de informare ar fi un act ilegal), sau a fost doar un „beneficiu colateral neintenţionat".

Oricare ar fi adevărul — conchide Nick Pope — aceasta arată cât de importante sunt cuvintele şi expresiile pe care le folosim. Orice absolvent de psihologie, studii de mass-media, politică şi o serie de alte discipline ştie cât de indisolubil sunt legate împreună gândirea şi limbajul. Terminologia pe care o folosim poate fi aleasă în mod deliberat pentru a provoca o reacţie pozitivă sau negativă. Ceea ce pentru unii e „terorist", pentru alţii poate fi „luptător pentru libertate". Acelaşi lucru e valabil şi pentru OZN-uri. Fraze de genul „farfurie zburătoare" şi „omuleţi verzi" puteau fi acceptabile cu zeci de ani în urmă, dar la ora actuală sunt nu doar demodate, ci şi capabile să ridiculizeze subiectul. Chiar „OZN" este încărcat cu suficiente stigmate pentru a descuraja majoritatea politicienilor, ca şi principalele organizaţii mass-media, să vrea să fie asociate cu acest subiect. Unii oameni cunosc situaţia şi o folosesc în mod deliberat pentru a discredita subiectul OZN, ca şi pe cei care-l studiază.

Cu toate acestea, crede Pope, comunitatea OZN ar putea profita în cele din urmă din toate astea. A afla mai multe despre cuvintele şi expresiile pe care piloţii şi controlorii de trafic aerian le folosesc pentru a descrie OZN-urile va permite ca cererile făcute în numele legii libertăţii de informare să fie mai bine direcţionate. Adoptarea mai multor termeni care să sune „mai ştiinţific", ar putea permite ufologilor să-şi facă activitatea mai eficientă. Şi faptul că cineva foloseşte în mod deliberat o terminologie arhaică pentru a discredita subiectul ar trebui să permită comunităţii OZN să sesizeze mai bine momentele când este atacată, şi, prin urmare, să fie mai în măsură să riposteze.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Vânătoare de vrăjitoare

Ceea ce se numeşte vrăjitorie nu aparţine unei epoci anume din istorie, ci practic este veche de când lumea. În Antichitate fenomenul făcea „carieră", datorită spaimei atavice a oamenilor în faţa necunoscutului, a întunericului, a fenomenelor pe care nu puteau să le înţeleagă şi cu atât mai puţin să le controleze.

Deloc deplasat ori anacronic, se poate vorbi şi astăzi despre asemenea practici, care includ toate elementele specifice cunoscute (sau nu), de la recuzita macabră şi terifiantă a slujitorilor diavolului, până la efectele sângeroase ale actelor lor.

Apogeul vrăjitoriei a fost conturat, direct şi explicit, de practicile cel puţin la fel de sălbatice şi cutremurătoare ale Inchiziţiei, în timpul Evului Mediu. Pe continentul nord-american, deşi acestea erau mai puţin perceptibile la nivelul publicului, ele au avut un răsunet global marcant odată cu derularea celebrului „proces al vrăjitoarelor din Salem". Totuşi, în Europa cea exportatoare de aşa-zisă civilizaţie şi progres, anumite zone obscure ale societăţii au perpetuat sub diverse forme atitudinea – la fel de ocultă şi ocultată ca şi fenomenul – faţă de vrăjitorie. Aşa se face că în zilele noastre se poate menţiona de pildă, pe bază de documente şi tradiţii orale, faptul că ultima vrăjitoare arsă pe rug de pe „bătrânul continent" a trăit (şi a murit) pe teritoriul României de azi, la Târgu Mureş, în veacul al 18-lea.

Vorbim de fapt despre o moaşă locală, pe nume Barbara Farkaş, care se pare că era foarte pricepută în meseria ei; atât de pricepută încât putea preciza, după anumite semne, ce sex va avea un copil, înainte chiar ca acesta să se nască. Însă asemenea cunoştinţe şi practici, în fond medicale, nu erau deloc agreate de autorităţi şi în primul rând de cele religioase, care vedeau în ele dovezi clare ale pretinsei vânzări de către femeie, a propriului suflet, către diavol. Iar pedeapsa era una singură, irevocabilă: uciderea prin ardere pe rug. În 1752, Barbara a fost acuzată în urma unor declaraţii aberante, fie fabricate în mod conştient, fie construite de minţi fanatice orbite de fantezii maladive.

Astfel, o femeie din urbea transilvană depunea mărturie, că văzuse cum moaşa, nici mai mult nici mai puţin, „zburase" până lângă ea, în chip... de gâscă. Pretinşii justiţiari, setoşi şi ei de crime şi suferinţă, au luat ca atare declaraţia, pe care au considerat-o dovada supremă a satanismului Barbarei. Supusă unor chinuri atroce, inimaginabile pentru o minte de om normal, femeia a primit inevitabila sentinţă şi a sfârşit în flăcări. Nu înainte însă de a arunca un blestem, după cum spune o tradiţie pe care în prezent foarte puţini localnici îl mai evocă.

Deşi femeile erau cele vizate de regulă de acuzaţiile de vrăjitorie (fiindcă ele, conform unor oameni ai bisericii, ar fi fost unelte ale diavolului), totuşi ultima ardere pe rug din Europa, din acelaşi motiv, ar fi avut drept victimă un bărbat; tot în Târgu Mureş şi pe acelaşi loc consacrat, dar un an mai târziu după moartea Barbarei Farkaş. Episodul a fost reţinut şi datorită unor amănunte insolite, consemnate ca atare. Astfel, acuzatul şi condamnatul Janoş Olah („Valahul"!) se afla legat pe rug, când flăcările au ars frânghia care îl ţintuia pe stâlp. Ştiind că ar fi fost astfel iertat – la fel cum era absolvit de pedeapsă spânzuratul căruia i se rupea funia în momentul execuţiei – bărbatul a ieşit din foc, însă nu a fugit, fiind asigurat că nu va păţi nimic. Totuşi, soldaţii l-au prins şi sentinţa a fost dusă până la capăt.

Acestea sunt faptele consemnate, care păstrează, dincolo de senzaţionalul ce le aduce şi astăzi în atenţia publicului, şi câteva elemente stranii şi inexplicabile. Menţionăm doar un aspect, oricând verificabil. Pe locul unde acum trei veacuri erau arse pe rug persoanele acuzate de vrăjitorie s-a ridicat apoi Biserica „Sfântul Ioan de Nepomuk". După ce nici aceasta nu a mai existat, într-o frumoasă clădire construită pe acelaşi amplasament în 1893 a funcţionat până nu demult restaurantul „Cocoşul de aur". Dispariţia ambelor stabilimente aminteşte de sus-amintitul blestem al Barbarei Farkaş: ele au ars, la fel cum a ars în 1752 moaşa acuzată de magie neagră.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

Frecvenţa crescândă a accidentelor considerate pe moment uşoare, în realitate destul de complexe, se datorează şi nefolosirii centurii de siguranţă. Studiile arată că, la o viteză moderată, victima este împinsă ca urmare a şocului dintre cele 2 autovehicule cu o forţă de cel puţin 2 ori mai mare. Şoferul se loveşte cu pieptul de volan, care acţionează prin forma sa rotundă asupra toracelui superior, a inimii, cât şi asupra sternului şi a coastelor. Victima poate avea o contuzie a peretelui toracic, cu dureri şi respiraţie uneori greoaie. Se imobilizează într-un prosop sau se confecţionează o vestă care să îl ţină din punct de vedere al traumatismului. Se poate ca acesta să fie de fapt un traumatism cu rupere de ţesut osos, incomplet, situaţie în care toracele se umple cu sânge. Punga de sânge formată nu este prea mare, pe piele rămâne urma violacee.

Tratamentul este simptomatic. Se dau calmante, se verifică inima, pulsul. Dacă este cazul se dau medicamente ce menţin ritmul

Traumatismele toracelui şi accidentul auto

inimii constant. Problema apare atunci când presiunea dintre pieptul victimei şi volan duce la rupturi pleurale, viscerale sau în cazuri grave de trahee. Victima se asfixiază, se intervine uneori cu toracocenteză, pentru că aerul din plămâni nu poate fi expirat. Se face o pungă la baza pulmonară, bolnavul necesită puncţie evacuatorie, iar uneori se face urgent o tăietură în căile respiratorii superioare, astfel ca victima să respire, să intre aer în plămân. Ajutăm victima presând uşor, baza plămânului ca să poată inspira şi expira.

Salvarea aduce tubul de oxigen şi transportă victima la spital. Bolnavul semişezând, cu capul ridicat, gura deschisă, primeşte oxigen.

Ce facem când victima are fractură de stern sau de coaste care pot fi fracturi închise sau deschise, situaţie în care fragmentul costal înţeapă pleura. Vedem unde se simpte crepitaţia şi palpăm cu grijă locul. Se dă un antialgic care să nu mascheze simptomatologia. Se caută ca victima să respire amplu. Victima în stare de şoc hipo sau hipervolemic se transportă cu targă, pătură, mijloace improvizate.

În ceea ce priveşte plăgile toracice, acestea pot fi locale, fără penetrare, adică coastele nu rup ţesutul pulmonar. Alteori, pe lângă pătrunderea fragmentului de coastă ca o suliţă, se distruge pleura viscerală, victima respiră greu, are dispnee, scuipă sânge. Vedem imediat că victimei i-a fost perforat plămânul. Dacă se poate, ţinem victima pe verticală. Încercăm să punem la loc coasta ce este ca o suliţă. Facem un bandaj nu prea strâns. Victima se transportă semişezând sau în poziţie verticală.

Departe de a fi un accident uşor, traumatismul toracic cere pricepere, stăpânire de sine şi dăruire din partea personalului medical de urgenţă.

Dr. VALERIU MANTA

Dantele şi pietre

În continuare, pietrele, mai mult sau mai puţin strălucitoare, fac jocul eleganţei. Fie cusute pe topuri sexy, fie decorând tocurile sau întreaga suprafaţă a pantofilor escarpen, pietrele semipreţioase sunt un accesoriu important. Coliere masive, brăţări, topuri brodate, toate vă dau un plus de strălucire.

În aceeaşi zonă a eleganţei rafinate şi a feminităţii desăvârşite vă pot plasa şi dantelele. Ne gândim la rochii din dantelă, fuste sau topuri, dar şi la manşete, gulere, poşete, sandale sau botine.

Pentru dumneavoastră, doamnă

Lumina — medicament

Este un adevăr de necontestat faptul că lumina naturală acţionează asupra organismului ca un veritabil medicament. Cercetări minuţioase arată, de exemplu, că lumina modulată în spectrul galben îmbunătăţeşte rapid starea psihică, stimulează metabolismul, reglează producţia elementelor sanguine, echilibrează somnul şi ciclurile somn-veghe.

Lumina acţionează asupra organismului şi psihicului pe mai multe căi. Cea mai importantă acţiune o are radiaţia luminoasă la nivelul retinei, de unde ne influenţează instantaneu atât starea de spirit, cât şi fiziologia organismului. Apoi, s-a constatat faptul că pielea noastră are aşa-numitele celule fotoreceptoare, sensibile la lumină, care transmit, fără ca noi să fim conştienţi de acest lucru, semnale sistemului nervos şi celui endocrin, reglându-le activitatea. De-a lungul evoluţiei, organismul uman s-a obişnuit cu o lumină extrem de diversă, modulată în sute de culori şi nuanţe. Fără această diversitate naturală, dacă am fi supuşi unei lumini exclusiv artificială, monotonă, organismul ar intra într-o stare de stres, iar în sânge s-ar modifica unele valori ale hormonilor, ar apărea un deficit de vitamine şi minerale, ar creşte nivelul colesterolului etc.

Radiaţia luminoasă aurie, modulată de unghiul în care se află Pământul faţă de Soare, ne dă o stare de optimism, ne face activi în timpul zilei şi ne ajută să ne odihnim profund în timpul nopţii. Cercetătorii au mai observat că nu doar lumina aurie a soarelui, ci şi cea galbenă, datorată incandescenţei unui bec sau flăcării unei lumânări conferă efecte psihice benefice, dar de o intensitate mai mică.

Cea mai simplă metodă de a beneficia de efectele acestei culori este „baia de lumină" făcută zilnic, timp de 30 de minute. Lumina gălbuie este utilă pentru relaxare, pentru socializare şi pentru stimularea creativităţii. În sfârşit, lumina portocalie-roşiatică produsă de flăcările unui şemineu sau ale unui foc de tabără, amplifică starea de confort psihic, calmează anxietatea, înlătură sentimentul de singurătate.

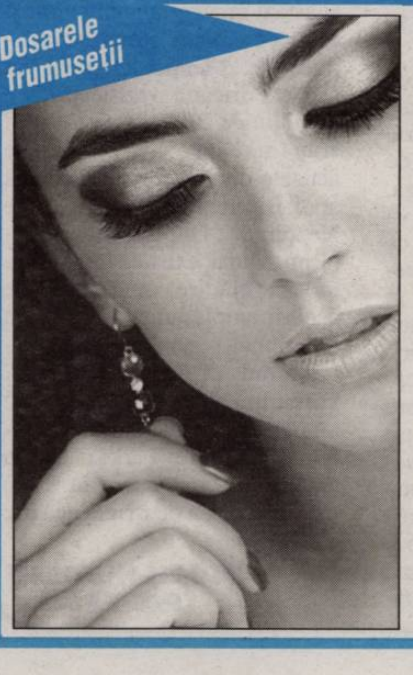
Studii făcute recent au demonstrat faptul că lumina aurie, blândă, este un veritabil calmant natural, care înlătură starea de teamă, de nelinişte, de nesiguranţă. Pur şi simplu după mai multe zile de baie de lumină galben-aurie, oamenii devin mai calmi, mai siguri pe ei, mai creativi, cu predispoziţie spre reflecţie şi meditaţie. Extrem de important, sub influenţa acestei lumini, treptat, starea lor psihică devine mult mai stabilă, cu fluctuaţii mult mai reduse de la o extremă la alta.

Mai multe cercetări făcute în Statele Unite, în Japonia şi în Germania au confirmat faptul că lumina electrică albăstruie provenită de la neoane, sau de la becuri economice este excelentă pentru activităţi intelectuale, dar total nefastă pentru calitatea somnului. Cei care se plâng în zilele noastre de insomnie, stau până târziu la televizor sau pe calculator, pentru a se trezi cu mare dificultate dimineaţa, datorează starea lor, acestei lumini albăstrui, omniprezente. Studiile au arătat că radiaţia luminoasă de acest tip perturbă secreţia de melatonină, care are un rol decisiv în apariţia somnului şi în reglarea ciclului veghe-somn. Antidotul la această perturbare a secreţiei de melatonină este chiar expunerea la lumina galben-aurie, care reglează de la sine somnul, ne face capabili de o relaxare mai profundă şi ne ajută să ne reglăm ritmul circadian.

Despre radiaţia luminoasă galbenă, cercetătorii afirmă şi faptul că are un excelent efect tonic digestiv şi hepatic. Studiile arată că expunerea la lumină galben-aurie stimulează secreţia sucului gastric, activitatea ficatului şi a vezicii biliare.

Foarte interesant, fiind un puternic stimulent al secreţiei de melatonină, lumina galben-aurie naturală este şi un puternic aliat contra afecţiunilor tumorale maligne. Aceasta, pentru că melatonina este unul dintre cele mai puternice medicamente anticancer pe care organismul le secretă.

Dosarele frumuseţii



Sfaturi utile

Gene lungi şi dese, ca şi sprâncenele bine conturate şi arcuite sunt esenţiale pentru frumuseţea unei femei. Ce îngrijiri speciale necesită această zonă sensibilă? Iată câteva sfaturi:

◆ Nu lăsaţi niciodată machiajul pe ochi peste noapte. În special rimelul de pe gene poate duce la iritarea ochilor, la ruperea şi căderea genelor.

◆ Folosiţi un demachiant special pentru zona ochilor.

◆ Demachiaţi-vă cu blândeţe, nu frecaţi atunci când îndepărtaţi rimelul de pe gene şi machiajul ochilor.

◆ Evitaţi să folosiţi aparatul de întors genele în fiecare zi, deoarece acesta poate duce la slăbirea şi ruperea lor.

◆ Pentru a avea sprâncene sănătoase şi a preveni rănirea lor e indicat să le periaţi zilnic cu ajutorul unei periuţe din păr natural. Se începe de la coada sprâncenelor spre nas, apoi în sens invers, repetând de 10-15 ori. Periajul se face dimineaţa, înainte de fardare şi seara, după demachiere.

◆ Bogat în vitamine şi acizi graşi esenţiali, uleiul de ricin este renumit pentru efectele sale miraculoase asupra creşterii şi îndesirii genelor şi sprâncenelor. Seara, după demachiere se aplică pe gene, de la rădăcină spre vârf şi pe sprâncene, prin masaj uşor, insistându-se la rădăcină.

◆ Uleiul de brusture face ca genele şi sprâncenele să aibă firul mai gros şi să se îndesească. Se amestecă 1 lingură de ulei de brusture cu câteva picături de vitamina E şi se foloseşte seara, alternativ cu uleiul de ricin.

◆ Uleiul de măsline, bogat în vitamine şi alte substanţe hrănitoare pentru piele şi păr, accelerează creşterea genelor şi sprâncenelor, le hidratează şi le hrăneşte.

◆ Decoctul de salvie (3 linguri de salvie, la 300 ml de apă), după ce se răceşte se aplică pe sprâncene pentru că stimulează creşterea şi îndesirea lor, accentuându-le şi culoarea.

Gastronomice

Salată asortată

3 ouă, 400 g şuncă de Praga, o conopidă mică, 500 g cartofi, 250 g fasole verde, 2 salate verzi, o ceapă, 250 g roşii, 4 linguri ulei, 2 linguri oţet, sare, piper.

Se fierb separat cartofii, fasolea verde, conopida şi ouăle. Se prepară un sos din ulei, oţet, sare şi piper. Într-un bol se pun cartofii tăiaţi rondele, conopida ruptă buchetele mici, ceapa şi roşiile tăiate felii, fasolea verde scursă bine, şunca tăiată cubuleţe şi ouăle rondele. Se stropesc toate ingredientele cu sos şi se păstrează la rece până se serveşte.

Sardele la cuptor

16 sardele întregi, 4 căţei usturoi, o legătură pătrunjel, o crenguţă rozmarin, 2 crenguţe cimbru proaspăt, 2 linguri pesmet, o lingură caşcaval ras, 2 linguri ulei de măsline, sare, piper.

Se unge cu ulei o tavă. Sardelele se curăţă, se taie capul şi se desfac în două fără a le separa complet. Se scoate şira spinării, se spală şi se usucă pe hârtie absorbantă. Sardelele se aşază în tavă cu pieliţa în jos, se presară cu sare şi piper. Pătrunjelul se toacă împreună cu rozmarinul şi cimbrul. Separat, se amestecă într-un bol 2 linguri din verdeturile tocate cu usturoiul pisat, caşcavalul ras şi o lingură cu pesmet. Din acest amestec se umplu peştii, se lipesc cele două jumătăţi şi se presară restul de pesmet şi ierburile. Se lasă la cuptorul încălzit aproximativ 6 minute.

Varză la tigaie

100 g slănină, 4 linguri ulei de soia, 400 g carne tocată, 2 cepe, 500 g varză, 800 g germeni de soia (din conservă), 150 ml vin alb sec, 150 g ketchup picant, 300 ml supă de vită, 6 linguriţe oţet de mere, sare, piper negru măcinat, o linguriţă concentrat de legume, 4 linguriţe sos de soia, 2 linguriţe usturoi verde tocat.

Slănina se taie cubuleţe. Uleiul se pune la încins în tigaie şi se prăjeşte slănina si carnea tocată. Ceapa se taie mărunt, se amestecă bine cu carnea şi se căleşte puţin. Se toarnă în tigaie puţină apă şi se lasă să fiarbă cu capac 5 minute, la foc mic. La sfârşit se ia capacul şi se lasă să se evapore apa. Varza se taie fin. Germenii de soia se scurg şi împreună cu varza se amestecă bine cu carnea tocată. Deasupra se toarnă vinul alb, ketchupul, supa şi oţetul. Se amestecă totul bine şi se mai dă un clocot. Se condimentează cu concentrat de legume şi sos de soia. Înainte de servire, se presară cu usturoi verde.

Tort de mac

5 ouă, 150 g zahăr pudră, 150 g nucă măcinată, 150 g mac, 150 g unt, coaja de la o jumătate de lămâie, gem de piersici, 80 g ciocolată de menaj.

Untul, cu 50 de grame zahăr se freacă spumă şi se amestecă bine cu gălbenuşurile. Se adaugă nuca şi macul măcinate şi coaja de la lămâie. Zahărul rămas şi albuşurile se bat spumă tare şi se încorporează încet în compoziţia de mai sus. Se toarnă într-o formă de tort unsă cu unt şi presărată cu făină. Se coace la foc mic aproape o oră. Se scoate din formă, iar când s-a răcit se taie în trei şi se umple cu gem de piersici. Se decorează cu ciocolată rasă.

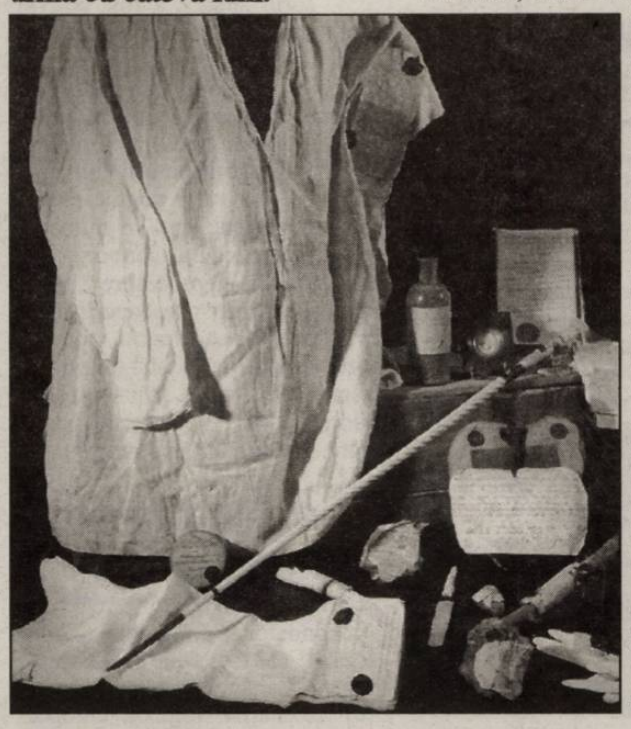
Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

„Comoara" lui Napoleon

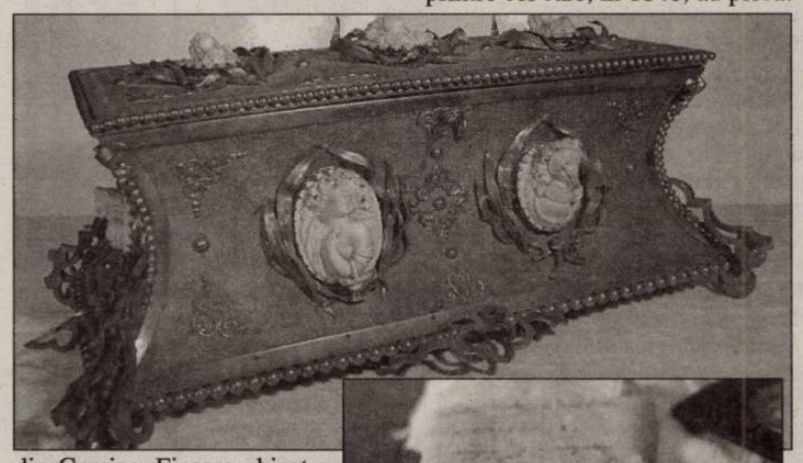
Câteva dintre ultimele obiecte şi piese vestimentare care au aparţinut împăratului au fost descoperite în Corsica. O colecţie constituită de Achille Archanibault, cel mai devotat dintre servitorii săi din Insula Sfânta Elena, necunoscută de public până în urmă cu câteva luni.

Colecţia, veche de aproape două secole, a fost descoperită într-un cufăr, în podul unei case. Sunt piese obişnuite dar de mare preţ, pe de-o parte pentru că au aparţinut unuia dintre cele mai faimoase personaje istorice, iar pe de alta, pentru că fac parte din cele folosite în ultimele zile din viaţa sa.

„Comoara" se compune, printre altele, dintr-o cămaşă pe care împăratul a purtat-o înainte de a se stinge, prosoape care au fost folosite pentru a-i şterge fruntea în timp ce agoniza, bastonul pe care l-a folosit până în ultimele momente în care se putea deplasa, o meşă care datează din 5 mai 1821, când împăratul şi-a dat sfârşitul.



O colecţie aparent banală dar importantă pentru istorici, oameni de ştiinţă şi colecţionari, care a fost preluată după zeci de ani de un descendent al servitorului şi păstrată în podul casei dintr-un sat – al cărui nume este ţinut secret – din Corsica. Fiecare obiect a fost etichetat, descris de Achille care le-a ambalat şi le-a depus în cufăr.



Menţionăm faptul că acesta avea un frate, Olivier, ambii intrând în serviciul casei imperiale din anul 1805, prestând munca de coşari. Cei doi, care şi-au manifestat admiraţia şi fidelitatea absolută faţă de împărat, l-au urmat pe insula Elba şi apoi pe Sfânta Elena unde s-au ocupat de caii acestuia din ordinul generalului Gourgaud. Olivier a fost nevoit, la un moment dat, să se întoarcă în Franţa la ordinul guvernatorului englez al insulei. Achille s-a apropiat tot mai mult de împărat, căruia i-a câştigat încrederea absolută, aflându-se în mare parte din timp în compania sa. L-a vegheat pe timpul în care boala l-a osândit la pat iar după deces a participat la realizarea celebrei măşti mortuare. La întoarcerea în Franţa a fost numit husar la Palatul Tuilleries şi s-a numărat printre cei care, în 1840, au plecat pe insula Sfânta Elena pentru a recupera cenuşa împăratului. Cu acest prilej, a adus în Franţa şi alte obiecte pe care le-a depus în cufăr: fragmente din piatra tombală şi bucăţi de coajă şi ramuri din salcia care se afla lângă mormânt.

Noi mozaicuri bizantine

În cursul lucrărilor de construcţie, în special în cazul şoselelor, în Israel au fost descoperite importante vestigii ale unor temple, mănăstiri...

După descoperirea vastelor mozaicuri dintr-o biserică bizantină din apropiere de Tel Aviv, pe care figura şi o cristogramă, au fost degajate ruinele unei mănăstiri bizantine din regiunea Negev în care s-au păstrat obiecte din ceramică şi mozaicuri impresionante, cu o vechime de 1500 de ani, cu inscripţii, reprezentări florare, geometrice, de amfore şi păsări în care predomină o largă paletă de culori, excelent conservate, predominante fiind albastrul, roşul, verdele şi galbenul.

DORIN MĂRAN

Drumeţii şi popasuri

Muzeul Satului din Chieşd

Atestată documentar încă de la 1461, prin unirea Chieşdului Românesc cu cel Unguresc, comuna *Chieşd* este aşezată în partea de nord-vest a judeţului Sălaj şi străbătută de drumul judeţean Şimleul Silvaniei-Sărmăşag-Chieşd. Localitatea are în componenţă administrativă şi satele Sighetu Silvaniei şi Colonia Sighetu Silvaniei.

Întinsă pe suprafaţă destul de mare, comuna are posibilităţi deosebite pentru dezvoltarea turismului. Păşunile, fâneţele, pomii fructiferi, pădurile cu o pondere deosebită, sunt doar câteva dintre avantajele pe care natura le oferă cu generozitate. Ajunşi la Chieşd, după o aşa-zisă cunoaştere a locului, vă puteţi opri la *Biserica de lemn din Chieşd* declarată monument istoric la fel şi cea din satul Sighetu Silvaniei, semn că pe aceste meleaguri oamenii au fost din totdeauna apropiaţi de credinţă, respectând arta şi frumuseţea.

După ce v-aţi recules şi v-aţi odihnit, mergeţi într-o vizită la *Muzeul Satului din Chieşd,* acolo unde vă aşteaptă o lume aproape uitată dar care vă aminteşte de istoria scrisă, uneori cu sânge, a românilor. Înfiinţat în 2004 de învăţătoarea Maria Szabo, muzeul are două săli în care sunt expuse ustensile de bucătărie adunate de la oamenii locului, vase de lut şi ceramică, recipiente confecţionate din pănuşi, pături şi cuverturi tradiţionale, războaie de ţesut, şi multe alte obiecte despre care unii dintre noi nici nu au auzit.

O curiozitate a timpului din această localitate sălăjeană este şi *Casa slujitorilor* sau locuinţa administratorului de lângă castelul Kemeny, ce adăposteşte o bibliotecă şi Muzeul Satului. Din nefericire, parcul din faţa castelului, nu mai există. Comunitatea din Chieşd a reconstruit castelul Kemeny iar aici funcţionează Căminul Cultural. Cum însă turistului îi stă bine cu drumul, împrejurimile localităţii sunt de-a dreptul încântătoare. Mergeţi spre zonele numite „Puţul Vaca", „Ghergheli", „Pădurea Mare" sau „Cabana Silvică" şi veţi avea parte de privelişti minunate, mai ales acum, primăvara când verdele crud se „aruncă" spre soare, dând pădurii un miros de neuitat.

La *Chieşd,* oamenii sunt oricând dispuşi să vă deschidă casa şi să vă îmbie cu o masă tradiţională.

IOANA FLORIA

Sărbători creştine

Vinerea Patimilor

În această săptămână Biserica noastră arată cel mai mare respect, Patimilor, Răstignirii şi Învierii lui Hristos.

Dintre zilele de rugăciune, poate cea mai încărcată de semnificaţii tragice este Vinerea Mare. Este ziua în care a fost judecat şi răstignit Mântuitorul.

Domnul nostru Iisus fusese prins joi seara *de* oamenii arhiereilor şi chinuit toată noaptea. A doua zi dimineaţă a fost dus la judecată pentru a fi condamnat la moarte.

Pilat i-a întrebat pe cei ce-L aduseseră ce vină I se aduce şi i s-a răspuns că Iisus a răzvrătit poporul, îndemnându-l să nu plătească dările Cezarului. Mântuitorul nu a negat acuzaţia şi Pilat L-a trimis la Irod, în Galileea, să fie judecat de acesta. În faţa lui Mântuitorul nu a spus niciun cuvânt şi Irod L-a îmbrăcat într-o hlamidă albă şi L-a retrimis înapoi la Pilat. Arhiereii cereau cu putere răstignirea lui Iisus şi Pilat, vrând să-L salveze le-a amintit vechiul obicei al pământului, acela ca de Paşti să fie eliberat un condamnat.

Li s-a dat oamenilor posibilitatea de a alege în acest scop între Iisus şi un tâlhar vestit, Baraba. Instigaţi de farisei, oamenii au cerut eliberarea acestuia din urmă. Pilat continua însă să-i dorească eliberarea cu atât mai mult cu cât soţia lui îi spusese că a avut un vis groaznic în care i s-a arătat ce soartă cumplită va avea el dacă îl va condamna pe Iisus. De aceea L-a dat soldaţilor care L-au bătut, L-au îmbrăcat într-o haină mohorâtă şi I-au pus o cunună de spini pe cap şi o trestie în mână. Cu faţa plină de sânge şi cununa de spini pe cap Iisus a fost adus în faţa mulţimii pe care Pilat spera să o înduioşeze. El a rostit celebrele cuvinte „Ecce homo" („Iată omul") sugerând celor prezenţi că Iisus a suferit destul. Oamenii, înrăiţi, au continuat să-l ceară moartea şi Pilat a trebuit să accepte, nu înainte de a lua un lighean cu apă, spălându-şi mâinile şi spunând: „nevinovat sunt eu de sângele acestui drept; voi veţi vedea".

Mântuitorul a pornit spre locul răstignirii purtând în spinare o cruce grea fiind lovit cu bicele când nu mai putea merge. O femeie din popor, Veronica, I-a şters faţa însângerată cu un şervet pe care a rămas imprimat chipul Lui. Acest chip numit „Chipul cel nefăcut de mână" este considerat prima icoană creştină. Când n-a mai putut duce crucea, aceasta a fost pusă pe umerii unui om din mulţime, Simion Cireneanu.

Împreună cu Iisus, la locul supliciului au fost duşi şi doi tâlhari care au fost răstigniţi şi în stânga şi în dreapta sa. Mântuitorului I s-au bătut cuie în mâini şi în picioare iar pe crucea sa a fost pusă o scândură pe care scria: „Iisus Nazarineanul, Regele Iudeilor". Hainele sale au fost luate de soldaţii care şi le-au împărţit între ei, iar cămaşa au jucat-o la zaruri.

Unul dintre tâlhari L-a luat în râs pe Iisus în vreme ce, tovarăşul său i-a arătat Mântuitorului o sinceră compasiune şi a fost iertat de acesta. Totodată El şi-a lăsat mama în grija Apostolului Ioan.

Mântuitorul a fost răstignit în jurul orei 12. Copleşit de dureri a strigat „Dumnezeul Meu, Dumnezeul Meu, de ce m-ai părăsit" şi, chinuit de sete, a cerut apă dar un ostaş I-a dus la gură un burete muiat în oţet şi fiere. Pe la ora 3 a murit după ce a spus: „Părinte, în mâinile tale încredinţez sufletul meu".

La moartea Sa, pământul s-a cutremurat, cerul s-a întunecat, catapeteasma templului s-a rupt în două şi s-au petrecut mai multe minuni. După ce Loghin Sutaşul L-a împuns cu suliţa în coaste, constatând moartea, trupul Mântuitorului a fost dus într-un mormânt săpat în piatră la gura căruia a fost pusă o lespede mare.

În Vinerea Mare în bisericile noastre se face o slujbă specială aşezându-se în mijloc o masă pe care este expus Epitaful, o icoană pe pânză înfăţişând punerea în mormânt a lui Iisus.

După slujba de seară preoţii ridică Epitaful şi ocolesc biserica împreună cu credincioşii cu lumânări aprinse. Această ocolire reprezintă ducerea la mormânt a Mântuitorului. Apoi Epitaful este purtat în altar şi aşezat pe Sfânta Masă unde rămâne până la Sărbătoarea Înălţării la Cer.

IRINA STOICA

Maestrul şi zeiţele

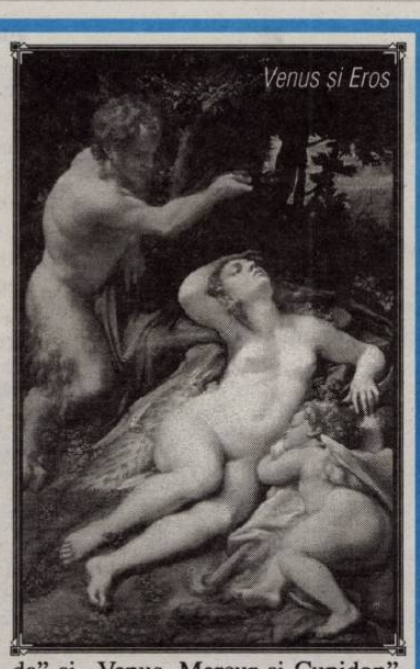
Geniu al Renaşterii culminante şi târzii, Antonio Allegri zis Correggio a fost un mare admirator al lui Leonardo da Vinci şi Andrea Mantegna, el însuşi înscriindu-se prin capodoperele sale – pânze şi picturi murale de excepţie – printre clasicii vizionari care au făcut legături artistice de mare valoare cu unele curente spectaculoase ale picturii universale precum barocul ş rococo-ul.

Autoportret

Importanţa operei sale a determinat câştigarea unei notorităţi mondiale de către localitatea sa de baştină, Correggio, care i-a devenit poreclă şi semnătură inconfundabilă. Correggio se află pe râul Enzo, în provincia Emilia Romagna (nord-vestul Italiei, în apropiere de Adriatica). Deşi tatăl său a fost un simplu comerciant de textile, el şi-a trimis fiul să înveţe desenul şi să se instruiască cu importanţi intelectuali din regiune, unii fiind chiar profesori la Universitatea din Bologna (cea mai veche din Europa, înfiinţată în 1088). Aşa a ajuns Correggio să fie un fin cunoscător al literaturii italiene şi latine – după cum ne spune biograful Giorgio Vasari. Totodată, setea de învăţătură şi talentul înnăscut l-au determinat să fie un autodidact în ceea ce priveşte arta. O situaţie negativă (epidemie de ciumă la Parma) îl obligă să se refugieze la Mantova (în 1511, la 22 de ani), în casa unui mare iubitor de pictură, ducele de Gonzaga. Aici tânărul maestru studiază colecţia de pânze a ducelui şi începe să primească unele comenzi de ordin religios.

Lucrările sale de altar sunt impresionante prin coloritul pregnant şi dramatismul scenelor dominate de fumuriul cromatic şi jocurile de lumini şi umbre specifice lui Leonardo da Vinci. Dar marea aventură artistică a lui Correggio în materie de scene biblice se desfăşoară la Parma (oraşul său de adopţie), unde uimeşte înaltul cler prin compoziţiile sale de un rar dramatism şi având un colorit emoţionant. O importantă comandă primeşte de la maica superioară a mănăstirii benedictine San Paolo (fresce şi cupolă pictată în stil „trompe l'oeil". Urmează biserica San Giovanni Evangelista, unde picturile sale murale şi în ulei pe panel deschid o nouă perspectivă în modul de a aborda compoziţiile de largi dimensiuni.

Prin intermediul aceluiaşi protector al său, ducele de Gonzaga, Correggio intră în legătură cu regele Spaniei Carol (Carlos) V, suveran care îi comandă o serie de lucrări profane cu subiecte mitologice. Acel moment (anul 1530) a reprezentat apogeul măiestriei artistice a marelui pictor renascentist, întrucât scenele mitologice realizate sunt cele care definesc cel mai bine inovaţiile şi vizionarismul lui Correggio. Seria mitologică este compusă din „Danae", „Răpirea lui Ganimede", „Jupiter şi Io", „Leda şi lebăda" şi „Venus, Mercur şi Cupidon". Toate aceste pânze scot în evidenţă senzualitatea excepţională pe care pictorul o conferă nudului feminin, precum şi teatralitatea zeiţelor perfect proporţionate fizic, cu nuanţa epidermei foarte realistă şi cu o fizionomie care demonstrează o participare afectivă intensă.


Venus şi Eros

Apostolii Petru şi Pavel

De altfel, zeiţele lui Correggio reprezintă un model pentru reprezentanţii barocului şi în primul rând pentru Rubens. Cu toate că în ceea ce priveşte trupul bărbaţilor se observă influenţa lui Michelangelo (musculatura), feminitatea la maestrul Şcolii din Parma are o delicateţe pe care am mai întâlnit-o, cu alte mijloace, doar la Botticelli. După moartea soţiei, Girolama, Correggio este cumplit de afectat şi moare de inimă rea în 1534, la numai 45 de ani.

Danae

Tatuat cât cuprinde

Cel mai tatuat cetăţean al planetei este englezul Tom Leppard, de 74 de ani. (9,9 la sută din suprafaţa corpului său este tatuată sub formă de blană de leopard. La doamne, recordul mondial este deţinut de englezoaica Isobel Varley, care are 93 la sută din corp tatuată în stil modernist.

ZIGZAG în timp şi spaţiu

● Viaţa de după...

Sir Arthur Conan Doyle a fost membru al bizarului „Club al Fantomelor", fondat la Londra în 1862. Celebrul doctor scoţian (absolvent al Universităţii Edinburgh) a fost şi un apreciat scriitor, el fiind creatorul detectivului Sherlock Holmes (inspirat după un profesor din studenţie). Acest om respectabil, cu o poziţie socială impecabilă,

a suferit, începând din 1906 (pe când avea patruzeci şi şapte de ani) o deviere incredibilă spre spiritism şi fenomene paranormale, ajungând să creadă cu tărie în zâne, spiriduşi, fantome, spirite şi materializarea spiritului. Ce se întâmplase?

În 1906 îi moare soţia, apoi fratele, doi cumnaţi şi doi nepoţi, apoi fiul său Kingsley. Toate aceste lovituri au produs o mutare psihică importantă, Doyle dorind cu orice preţ să înţeleagă viaţa după moarte şi să apeleze la „specialişti" care-i puteau oferi răspunsuri „convenabile". Printre aceştia se afla şi mediumul Eusapia Palladino (1854-1918), care putea „conversa cu morţii". Ciudat este că un bun prieten al său, magicianul Harry Houdini, care devenise un demascator al impostorilor paranormalului, nu l-a putut convinge de lipsa de temeinicie a unor teze privind viaţa de după moarte.

Un alt exemplu de om de ştiinţă căzut în aceeaşi patimă a „explicării inexplicabilului" a fost savantul suedez Emanuel Swedenborg (1688-1772). După decenii de activitate ştiinţifică, acesta cade în păienjenişul misticismului din cauza unor halucinaţii. Astfel, de la cincizeci şi trei de ani, Swedenborg începe să se ocupe permanent de „reformarea creştinismului", renunţând la orice activitate profesională. Pe lângă noi interpretări ale Bibliei şi descrierii vieţii pe alte planete (populate de spirite), profesorul suedez a fost convins că în anul 1757 s-a produs a doua venire a lui Iisus – în lumea spirituală, în interiorul oamenilor. Următorii douăzeci şi opt de ani i-a dedicat teoriei credinţei şi milostivirii, explicării naturii lui Iisus Christos şi a unor dogme extrase din Noul Testament. În numeroasele sale scrieri, Swedenborg (foto) vorbea permanent despre „adevăratul creştinism" descoperit de el. Immanuel Kant, atras o vreme de acest misticism, a sfârşit prin a-l ironiza. Pentru cei mai mulţi gânditori există întrebări care vor rămâne mereu fără răspuns.

● Unicitatea unui artist

Fondator al companiei „United Artists" (1919), Charlie Chaplin a devenit stăpânul absolut al filmelor sale (scenarist, regizor, compozitor) şi a refuzat să facă filme vorbite până la „Dictatorul". Atunci trebuia să dea un mesaj clar împotriva tiraniei şi antisemitismului. Şi asta cu un an înainte ca SUA să intre în război, împotriva lui Hitler! Iar Chaplin avea deja o audienţă uriaşă, după „Circul" (1928), „Luminile Oraşului" (1931) şi „Timpuri Noi" (1936). Lucra foarte meticulos, explica tuturor cele mai

mici detalii, filma şi refilma scenele până la epuizare. Era un perfecţionist şi mereu întârzia finalizarea filmărilor, pe banii lui.

A avut un suflet mare şi un rezervor de dragoste uriaş. A iubit şi a avut relaţii intime cu aproape toate actriţele pe care le-a promovat (cel puţin douăsprezece frumuseţi ale epocii). Primele două căsnicii au fost dezastruoase, miresele având fiecare doar şaisprezece ani (Mildred Harris, 1918 şi Lita Grey, 1924). După divorţ, le-a „onorat" pe fiecare ca un gentleman, cu sume fabuloase. A treia a fost Oona O'Neal (1943), cu care a avut opt copii. Talent exploziv, Chaplin a compus şi melodii de excepţie. În 1966 este lansat faimosul „This Is My Song" (filmul „Contesa din Hong Kong"), unul dintre cele mai duioase melosuri ale secolului XX.

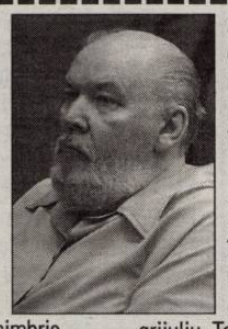
Pagină realizată de
PAUL IOAN

Ucigaş cu simbrie

● *Richard Kuklinski a fost un criminal plătit, care şi-a început cariera de la 13 ani şi a terminat-o la 51 de ani, atunci când a fost prins.*
● *Numărul victimelor: depăşeşte 250.*
● *Angajatori: organizaţii mafiote precum DeCavalcante, Gambino, DeMeo.*
● *Opinii ale criminaliştilor şi ale unor ziarişti: „vânează oameni, numai bărbaţi, niciodată femei şi copii, şi ucide de plăcere în cât mai diverse moduri".*

Aşa cum un artist îşi perfecţionează modul de a lucra, Kuklinski îşi modifica mereu stilul de a ucide, folosind arme de foc, arme albe, obiecte contondente pentru lovire repetată cauzatoare de moarte, strangulări prin varii metode, congelări, otrăvire cu cianuri prin folosirea de spray-uri, picături în mâncare sau aplicare pe corp...

Richard Kuklinski (1936-2006) a fost fiul criminalului şi violatorului Joseph Kuklinski, din New York. Cu ascendenţi de origine poloneză şi irlandeză, Kuklinski a ucis prima oară la 13 ani, victima fiind un adolescent care făcuse o glumă pe seama sa. Ucigaşul i-a tăiat mâinile şi i-a scos dinţii (pentru a întârzia identificarea), apoi l-a aruncat în râu. De unde atâta sadism la un băiat de 13 ani? Să fi avut vreo mutaţie genetică? El a aflat foarte repede că organizaţiile mafiote plătesc asasini pentru a ucide la comandă. Aşa a ajuns să fie un căutat ucigaş cu simbrie. Dar el însuşi a mărturisit că deseori ucidea la întâmplare „pentru antrenament, pentru a exersa metode noi". Într-unul din aceste cazuri, Kuklinski a verificat funcţionarea unei arbalete.



Soţia sa a relatat că a ieşit din maşină, s-a apropiat pe la spate de un trecător şi a tras...

Acest „animal" a ştiut să se acopere întemeindu-şi o familie şi având o atitudine de tată grijuliu. Toţi vecinii îl lăudau şi credeau că este om de afaceri. Din nefericire, diversitatea modalităţilor de a ucide a derutat ani în şir poliţia. Era un tip de aproape doi metri înălţime şi 135 de kilograme şi putea fi lesne observat, dar a fost arestat doar prin dovezile aduse de un agent sub acoperire, care i-a comandat un asasinat.

Avea 51 de ani când a fost încarcerat, fiind condamnat la mai multe sentinţe pe viaţă. Presa l-a poreclit „Omul de gheaţă" pentru că folosea congelarea victimelor pentru a deruta poliţia. Kuklinski a murit în mod dubios în închisoare, chiar înainte de a depune mărturie împotriva unor capi ai mafiei din zona New York.

OBICEIURI românești de Paști

În Bucovina în noaptea de Înviere fetele se urcă în clopotniță și spală limba clopotului cu apa neîncepută. Cu această apă își clătesc fața în zorii zilei de Paști. Se crede că în felul acesta vor atrage peținătorii așa cum clopotul atrage credincioșii la slujbă.

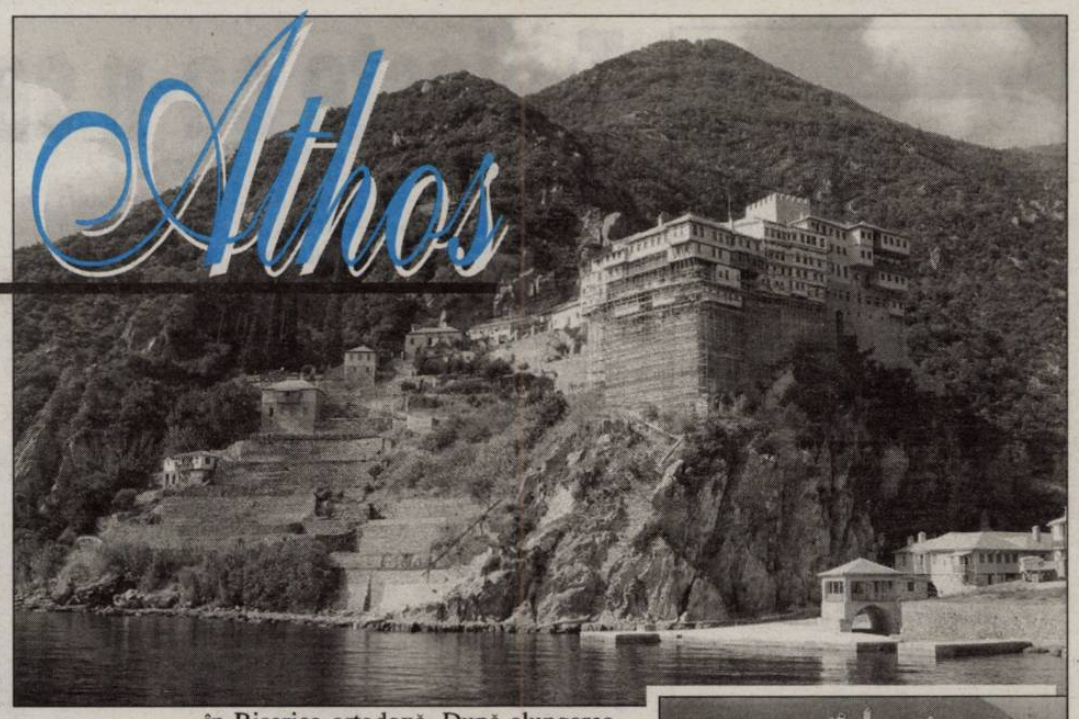
În zona Câmpulung Moldovenesc, în zorii zilei de Paști credincioșii ies în curtea bisericii, se așază în cerc, țin în mână lumânări aprinse iar preotul vine să binecuvânteze bucatele din coșul pascal, acoperit cu un șervet. În coș, pe o farfurie se pun: semințe de mac, pentru alungarea secetei, sare pentru belșug, zahăr folosit dacă vitele ar fi bolnave; făină pentru protecția holdelor, ceapă și usturoi pentru alungarea insectelor. Deasupra se așază pască, șuncă, brânză, ouă roșii și alte bunătăți.

La Caracal credincioșii aduc pe lângă coșul pascal și un cocoș alb. Cocoșii albi sunt crescuți anume pentru această tradiție. Ei vestesc miezul nopții și Învierea lui Hristos. Cel mai norocos în anul respectiv va fi gospodarul al cărui cocoș cântă primul.

În Țara Moților în noaptea de Paști toaca este luată de la biserică și adusă în cimitir unde este păzită de flăcăi. Dacă toaca este furată, sunt obligați să ofere un ospăț atât pentru „hoți" cât și pentru păgubiți. Dacă „hoții" nu reușesc s-o fure ei sunt cei care oferă ospățul.

În Moldova se pun într-un vas cu apă două ouă roșii (sau unul alb și unul roșu) și câteva monede. În dimineața de Paști copiii se spală pe față și se ating cu ouăle roșii pentru a fi sănătoși tot anul.

Muntele Athos



Mărturie al evlaviei creștine, Muntele Athos este situat pe cel mai estic promontoriu al peninsulei Calchidice din nord-estul macedonean al Greciei. Șirul muntos împădurit din nord, cu o înălțime maximă de 2033 metri se oglindește în apele Mării Egee și poartă numele unui erou mitic, un gigant trac, care într-o confruntare cu zeul Poseidon a desprins din stâncile marine un bolovan imens pe care l-a aruncat pe insulă înălțând muntele. În antichitate reprezenta un loc de o importanță strategică dar bântuit de furtuni.

În zorii creștinismului, adepții învățăturii lui Hristos au rânduit apostoli care să propovăduiască adevărata credință în toate colțurile lumii. Se spune că la Muntele Athos creștinismul a fost vestit de Maica Domnului, care a fost împinsă aici de o furtună, în timp ce călătorea spre Cirpu, pentru a-l vizita pe episcopul Lazăr, cel care fusese înviat din morți de Iisus.

Fiind un loc izolat parcă de restul lumii, călugării creștini au găsit un refugiu sigur în care se puteau dedica rugăciunii. Primii se stabilesc aici în secolul al IX-lea și își întemeiază așezări monahale modeste dar în cea de a doua jumătate a secolului al X-lea călugărul Atanasie de Trebizonda, ajutat de patronul lui imperial Nicefor al II-lea, pune bazele monahismului organizat. Cunoscut și sub numele Atanasie Atonitul sau Sfântul Atanasie, el întemeiază prima mănăstire înfruntând rezistența călugărilor, care se împotriveau monahismului organizat. Regulile Sfântului Atanasie vor fi impuse ulterior și până la 1540 vor fi construite mai multe mănăstiri, numărul acestora atingând 40 și adăpostind în perioada de maximă activitate peste 10.000 de călugări.

În secolul al XIII-lea așezarea este jefuită de cruciați și ulterior împăratul bizantin Mihai Paleologu declanșează represiunea călugărilor de aici, care se opuneau reunificării bisericii. Comunitatea va suferi apoi în vremea atacurilor turcești și a incendiilor repetate, care au distrus aproape jumătate din documentele de mare preț ale mănăstirilor.

În secolul al XX-lea, disputele teologice au provocat o adevărată criză. În 1913 a fost nevoie de intervenția forțelor militare pentru a liniști spiritele. O altă criză a fost declanșată în 2003, destul de greu înăbușită, evitându-se o schismă în Biserica ortodoxă. După alungarea turcilor, însă controlul peninsulei a fost revendicat în secolul trecut de Rusia, dar Puterile Aliate i-au oferit autonomia în cadrul Greciei.

La ora actuală aici își au sediul 20 de mănăstiri, 12 schituri și o mulțime de chilii ortodoxe, în 2011 populația peninsulei fiind estimată la circa 1830 de călugări. Mănăstirile se împart în două categorii. Primele sunt cele „cenobite" sau „conservatoare" în care proprietatea tuturor obiectelor este comună. Pe lângă acestea există și mănăstiri idioritmice sau „liberale" în care este permisă proprietatea individuală asupra unor obiecte. Călugării au locuit în schituri, chilii, numite „kalive" unde trăiau ca într-o familie, sau „emitaje", chilii retrase în care își ducea viața un singur călugăr. În zilele noastre există un tip de locuințe numite „kathisme" dar nu mai sunt izolate. Alți călugări preferă să se mute din loc în loc schimbându-și locuința și de aceea sunt numiți „vagabonzi" sau „girofagi".

Călugării au un regim de viață sever, din secolul al XI-lea fiind introdusă interdicția intrării femeilor la Muntele Athos. Cu toate astea, de-a lungul istoriei se cunosc cazuri în care femeile amenințate de prigoanele politice au găsit adăpost printre călugări.

Schitul Prodomu

Printre construcțiile de aici, sunt unele aparținând altor comunități ortodoxe în afara celor grecești. Există astfel schituri bulgărești, sârbești, grecești în fiecare vorbindu-se limba țării respective deși cea oficială rămâne greaca. Credincioșii români au ridicat aici schitul Prodromu închinat Sfântului Ioan Botezătorul și aparținând de Marea Lavră și schitul Sfântul Dumitru Valahu, întemeiat în secolul al X-lea. De asemenea cartea lui Iosif Românul este o lucrare de referință pentru istoria locurilor.

Un alt fel de Ou pascal

Oul a fost dintotdeauna un dar neprețuit și un ornament desăvârșit. Oamenii l-au împodobit în fel și chip: l-au vopsit, l-au încrustat, l-au învelit în mărgele iar măiestria unor meșteri în astfel de ornamente a depășit cu mult hotarele țării în care își duceau veacul.

Unul dintre aceștia este, fără îndoială, bijutierul Peter Carl Fabergé. Născut la Sankt Petersburg, la 30 mai 1846, într-o familie de bijutieri, a făcut înalte studii de specialitate și a vizitat marile orașe pentru a vedea marile colecții de giuvaieruri. Primul său mentor i-a fost însă tatăl și, după retragerea acestuia la Dresda, tânărul Carl a preluat afacerea familiei.

Dintre piesele sale cele mai renumite sunt ouăle care îi poartă numele. Primul dintre acestea i-a fost comandat bijutierului de țarul Alexandru al III-lea, care voia să i-l ofere drept cadou de Paști, soției sale, Maria Feodorovna. Aceasta îi vorbise de nenumărate ori despre un ou de aur care avea ca surpriză în interior, un puișor și care se afla în castelul copilăriei ei, Rosenborg.

Fabergé a executat un ou transparent cu încrustații de argint, de aur și pietre prețioase și în fiecare an a realizat un altul, cu alt model pentru țarină.

În 1896 țarul s-a stins din viață dar tradiția ouălor Fabergé a fost constinuată de țarul Nicolae al II-lea și fiul său. Oul trebuia să conțină neapărat și o surpriză care rămânea secretă chiar și pentru cel care făcuse comanda. Unele ouă nu erau doar cadouri de Paști ci erau realizate cu prilejul unor evenimente celebre: încoronarea țarului, construcția unor monumente, evocarea unor lupte.

Au fost create 52 de ouă pentru familia regală, dintre care opt au fost definitiv pierdute. Celelalte sunt risipite în lume: 10 se află în Muzeul Kremlinului, 9 s-au întors în Rusia în 2004, când un magnat le-a cumpărat de la moștenitorii Forbes, altele aparțin Reginei Elisabeta a Marii Britanii și altele sunt în America.

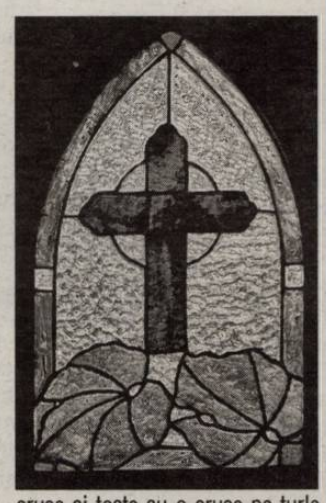
Un ou se află în colecția principilor de Monaco și cel mai scump dintre ele, „Winter Egg", realizat în 1913, a fost cumpărat în 2002 de un colecționar anonim din Qatar pentru suma de 9,6 milioane USD.

CRUCEA ca simbol creștin

Înainte de apariția creștinismului, crucea, unul dintre cele mai vechi și mai răspândite simboluri, reprezenta Soarele, Cerul și Pământul, centrul ei fiind centrul Universului. Cele patru brațe erau îndreptate spre cele patru puncte cardinale.

Este preluată ca simbol creștin la sfârșitul secolului al IV-lea și începutul celui de al V-lea. Din cele circa 400 de tipuri de cruci mai cunoscute sunt: crucea TAU (în formă de T); crucea greacă-ortodoxă; crucea latină și crucifixul. În primele secole ale creștinismului nu s-a acceptat prezentarea lui Iisus pe cruce dar după Sinodul Trullanic, din anul 691, s-a inițiat prezentarea unui tânăr în această situație. După secolul al X-lea, când a fost abolită pedeapsa cu moartea prin crucificare, în memoria colectivă creștină s-a estompat asocierea crucii cu supliciul și trupul tânărului anonim a fost înlocuit cu o reprezentare a Mântuitorului.

Creștinismul a transformat crucea, vechi instrument de tortură, într-unul dătător de viață și de speranță. A devenit simbolul fundamental al credinței, multe dintre biserici sunt construite în formă de cruce și toate au o cruce pe turle sau pe acoperiș în general.



În anul 326, Împărăteasa Elena a descoperit la Ierusalim lemnul Sfintei Cruci iar fiul ei, Împăratul Constantin, a adoptat-o ca simbol pe steaguri și monede.

Crucea este legată de jertfa Mântuitorului, brațul ei orizontal reprezentând felul în care sacrificiul Său se răsfrânge asupra întregii lumi iar cel vertical legătura între Cer și Pământ.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

Bunică eroină

Chinezoaica Fang Mei Qin în vârstă de 14 ani, handicapată, incapabilă de a se deplasa, a fost animată cu ani în urmă de dorința de a învăța, de a urma cursurile unei școli. Numai că locuința în care trăia cu bunica ei se afla la o distanță de 4 kilometri. Nu exista niciun mijloc de transport pentru că locuiau într-un cătun dintr-o zonă muntoasă, cu drumuri greu accesibile. Fang Mei Qin a fost abandonată după naștere de tată iar după câțiva ani și de mamă care s-a recăsătorit și s-a instalat într-un orășel îndepărtat.

În urmă cu 4 ani, bunica a luat hotărârea de a o înscrie și de a o duce la școală. De atunci, zilnic face drumul dus-întors purtând-o în spate. Nu putea folosi un cărucior pentru că ar fi zdruncinat-o, agravându-i boala.

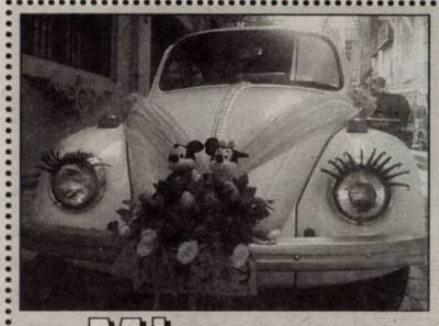
La 66 de ani, bunica este mereu în formă. N-a existat o zi în care să nu pornească la drum și nicio zi de cursuri în care să întârzie. Devotamentul și dorința de a-i asigura fetei educația necesară sunt mai mult decât emoționante. *(D.M.)*

Trăiește ca-n secolul al XII-lea

Rusul Pavel Sapoznikov „aparține" secolului 21, dar modul său de viață este aproape întru totul specific unei perioade mai vechi cu circa un mileniu. Nu vorbim despre călătorii în timp, anacronisme ori extravaganțe ale unui ciudat. Tânărul de 24 de ani participă de bunăvoie la un experiment psiho-sociologic numit Project Hero, care presupune să își ducă traiul zilnic exact ca strămoșii săi de la anul 1100. Aceasta înseamnă să urmeze anumite reguli stricte, să se hrănească exclusiv cu ceea ce pescuiește, vânează și cultivă în pământ, dar și să nu aibă absolut niciun contact cu alți oameni.

Veritabila misiune de supraviețuire a fost proiectată să se desfășoare pe durata a opt luni, într-o zonă izolată și foarte friguroasă, reconstituită riguros pe baza unor cărți vechi. Se înțelege că Pavel nu are deloc timp să se plictisească, fie și numai pentru că e obligat să-și organizeze activitățile astfel încât să-și procure hrana cea de toate zilele. Are totuși la dispoziție o capră pe care o mulge dimineața. Altfel, trebuie să folosească doar unelte exact de tipul celor ale îndepărtatelor rude trăitoare acum o mie de ani, să-și oblojească cum știe picioarele pentru a se proteja de gerul aspru al nopților, să pescuiască, să vâneze, să caute fructe... răcește, îl doare capul ori are probleme cu stomacul, nu are decât să se descurce la fel ca strămoșii săi. Singura facilitate permisă este scrisul, întrucât o dată pe lună trebuie să trimită oamenilor de știință implicați în proiect observațiile, ideile și propunerile sale referitoare la obiectul acestuia.

Cât despre riscurile majore ce nu pot fi excluse ori ignorate, tânărul ar avea dreptul să fie „extras" din mediul atât de auster numai dacă își rupe un membru, face septicemie sau apar alte cazuri de extremă urgență. Nimeni nu s-a întrebat însă ce se va întâmpla dacă, la capătul celor opt luni de izolare în trecutul îndepărtat, Pavel nu va mai dori să se întoarcă în secolul nostru absolut nebun! *(A.N.P.)*



Mireasa pierdută

Doi tineri din Bandenburg, regiunea care înconjoară Berlinul, se întorceau cu mașina din călătoria lor de nuntă în Franța. Era o vreme minunată și nimic nu prevestea vreo neplăcere, oricât de mică.

La un moment dat, tânărul a oprit la o benzinărie de pe autostradă. El s-a îndreptat spre pompa de benzină iar ea a ieșit din mașină și s-a așezat pe o bancă în apropiere. După ce a făcut plinul, proaspătul mire s-a urcat la volan și a pornit la drum, convins că soția doarme pe bancheta din spate. Abia după 200 de kilometri a realizat adevărul și s-a întors să-și recupereze jumătatea.

În tot acest timp tânăra abandonată a trăit un adevărat coșmar. Nu avea nici bani, nici telefon și nu știa ce ar putea face ea să iasă din această situație mai mult decât neplăcută. După ceasuri lungi de așteptare, a văzut venind mașina soțului și i-a venit inima la loc.

Se pare însă că revederea a fost mai puțin tandră dar în cele din urmă fiecare și-a recunoscut partea lui de vină. (I.S.)

„Învierea" câinelui-mumie

Newark, New Jersey (SUA), anul 2011. Un câine din controversata rasă pitbull a scăpat cu viață printr-un adevărat miracol, fiind salvat dintr-un tomberon plin cu gunoi menajer cu numai câteva secunde înainte ca utilajul compactor să îl fi zdrobit de viu. Membrii unei organizații umanitare care s-au ocupat ulterior de soarta lui au dat la iveală o poveste de un dramatism deosebit, care arată în primul rând de câtă cruzime sunt în stare unii semeni ai noștri, atunci când este vorba despre vietăți ce nu pot vorbi și nu au cum să se apere de perfidia și agresivitatea omului.

Întâmplarea s-a petrecut în ajunul zilei de Sfântul Patrick, motiv pentru care patrupedul a primit numele sărbătorii. La momentul respectiv, el nu cântărea decât 9 kilograme și arăta efectiv ca o mumie – o piele învelind un schelet.

În urma unei anchete, s-a aflat că fosta stăpână, o anume Kisha Curtis, îl lăsase mai bine de o săptămână legat sub o scară din imobilul în care locuia, în speranța că altcineva se va îndura de el și îl va lua să-l îngrijească. Ceva mai târziu, portarul l-a descoperit printre gunoaie, aproape mort de inaniție, reușind astfel să-l salveze. Un fapt divers, poate chiar banal (e „doar" un câine, nu?), care însă spune multe despre lumea în care trăim... *(A.N.P.)*

Jaf cu un pahar de apă

Consumatorii de droguri, rămași în pană de bani, recurg la tot felul de tertipuri pentru a intra în posesia unei sume necesare pentru achiziționarea unei doze sau pentru a-și asigura drogurile pe o perioadă cât mai lungă. Dar pentru asta, unii sunt în stare să-și riște viața implicându-se în jafuri sau în crime.

Un francez în vârstă de 33 de ani, aflat în sevraj și fără un ban în buzunar, a plănuit un jaf „blând" pentru a face rost de o sumă care să-i asigure drogurile pentru o perioadă mai lungă de timp. S-a îmbrăcat în singurul costum elegant pe care-l avea și a intrat într-un magazin de bijuterii. S-a arătat interesat de ceasuri scumpe, brățări, inele cu aerul că este decis să facă o achiziție.

În timp ce studia un inel în valoare de 1700 euro, i-a cerut vânzătorului un pahar cu apă pretextând că trebuie să-și ia medicamentul. Într-un moment de neatenție al acestuia, a luat inelul și l-a înghițit dând pe gât paharul cu apă. Când vânzătorul a sesizat absența inelului, l-a acuzat, evident, de furt și a chemat paza.

Suspectul a jurat că este nevinovat și s-a arătat dispus să fie controlat până la piele. Și a fost controlat, numai că serviciul de securitate a mers mai departe și l-a condus într-un laborator pentru a fi investigat cu unde radio. Și adevărul a ieșit la iveală. După ce a fost arestat, poliția a descins la domiciliul său unde a găsit o ultimă rezervă de canabis. *(D.M.)*

Bani... vânduți pe bani grei

Banii nu sunt făcuți doar să cumperi cu ei tot ce vrei și ce nu vrei. De la o anumită vârstă încolo (a lor, a banilor), ei înșiși pot deveni mărfuri mai mult sau mai puțin valoroase. Și sunt cazuri când prețul lor urcă la cote amețitoare. Un exemplu elocvent: prima bancnotă australiană, emisă în 1817, a fost vândută cu 334.000 de dolari australieni — AUD (circa 224.000 de euro), mult peste previziunile ce evaluau biletul de bancă la „numai" 250.000 AUD. În aceste condiții, nici nu mai vorbim despre o bancnotă în sine, iar menționarea valorii sale inițiale — detaliu de-a dreptul ilar față de contextul actual — rămâne un simplu fapt divers: 10 șilingi...

Specialiștii în asemenea operațiuni ce țin, la drept vorbind, doar de o anumită dimensiune culturală a lumii de azi, spun că nici nu se poate explica foarte clar cum de a putut rezista atâta timp o bancnotă ce datează din perioada colonială.

Emisă la vremea respectivă de Banca Noua-Galie de Sud, piesa unicat a fost descoperită abia în 2005, tocmai în Scoția, la un colecționar privat. Se presupune că ea a fost dusă în regatul britanic de Lachlan Macquarie, guvernatorul (scoțian de origine) Noii-Galii de Sud, debarcat aici în 1809, cel care ani de-a rândul s-a zbătut pentru înființarea unui stabiliment bancar.

Iar ca o probă a timpului magistrală, amintita bancnotă de 10 șilingi iată că a ajuns după aproape două veacuri să prețuiască incomparabil mai mult, și nu doar în bani. *(A.N.P.)*

Țigară electronică incendiară

O tânără în vârstă de 18 ani, angajată într-un bar din Richmond, Marea Britanie, a fost rugată de un client să-i permită să încarce țigara electronică la o priză aflată în spatele casei de marcat. La un moment dat, încărcătorul a explodat, „norul" incandescent lovind-o în piept și arzându-i hainele. S-a îndepărtat în mare grabă, înspăimântată. A avut prezența de spirit însă, de a pune mâna pe câteva pahare cu apă pentru a stinge micile văpăi.

Din fericire, tricoul pe care îl purta sub rochie n-a fost afectat de foc, salvându-i pielea. Doar brațele au fost arse superficial. Laura nu a fost singura victimă. Lângă ea se afla o persoană care a resimțit un val de căldură insuportabilă la nivelul pântecului, fără să sufere însă arsuri. O explozie care i-a înfiorat pe toți cei care se aflau în bar.

Nu era prima oară când au fost încărcate țigări electronice în acel loc. Laura a făcut acest serviciu clienților de sute de ori, dar niciodată nu s-a mai întâmplat un asemenea incident. A fost o excepție, dar o excepție care pune semne de întrebare legate de securitatea sistemului de încărcare a țigărilor. (D.M.)

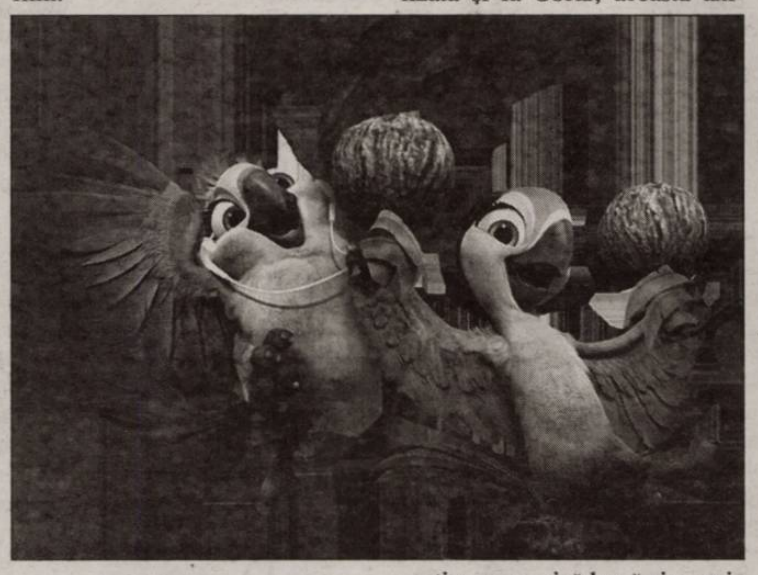
RIO 2

explozie de culori, optimism şi muzică

Ca în majoritatea filmelor de animaţie, personajele sunt haioase, libere şi pline de farmec. Povestea scrisă de Carlos Saldanha şi Don Rhymer sub îndrumarea regizorală a aceluiaşi Carlos Saldanha, este o continuare a altui film de animaţie numit RIO. Intrat pe ecranele noastre din 11 aprilie, RIO 2 aduce bucurie, culoare şi dorinţa de-a învăţa să trăieşti altfel.

Lumea amazoniană

În magicul oraş Rio de Janeiro, o familie formată din Blu, Jewel şi trei copii duc o viaţă liniştită, perfectă şi deloc ruptă de realitate. Dar, într-o zi, Jewel (a cărui voce e împrumutată de la *Anne Hathaway)* hotărăşte să părăsească acea viaţă domestică şi să facă o călătorie în jungla amazoniană, considerând că e timpul ca cei trei copii să afle cum îşi duc viaţa, cu adevărat, păsările. Ei trebuie să înveţe cum se trăieşte în sălbăticie, ca orice pasăre liberă. Zis şi făcut. Nu după multe discuţii, cu toţii se aventurează în pădurea Amazonului. Aici vor avea parte de numeroase aventuri, unele mai picante decât altele. În timp ce Blu (voce *Jesse Eisenberg)* cu greu se obişnuieşte la noile condiţii de viaţă, străduindu-se să se integreze şi să se înţeleagă cu noii vecini, *Jewel* şi copiii sunt prinşi în mrejele sălbăticiei. Blu se teme că ar putea să-i piardă, văzând-i cât de mult le place noul lor stil de viaţă. Confruntaţi cu o menajerie de personaje care sunt născute pentru a trăi în sălbăticie, Jewel, Blu şi cei trei copii trăiesc multe aventuri pe care le puteţi urmări doar în film.



Muzică originală şi aventuri

Cu o coloană sonoră semnată de compozitorul John Powell, cu personaje ale căror voci sunt aduse de *Rogrigo Santoro* (Tulio), *Leslie Mann* (Linda), *Jamie Foxx* (Nico – un canar galben cu pălărie), *Jake T. Austin* (Fernando), *Kristin Chenoweth* (Gabi – o broască ţestoasă), *Tracy Morgan* (Luiz – un buldog) şi multe alte personaje dintre cele mai sălbatice, *RIO 2* este o aventură plină de surprize. Plin de ritmuri de samba, foarte colorat şi optimist (bun pentru lunile de primăvară), *RIO 2* are umor şi acţiune. Dacă în 2011, primul film RIO a născut mintea copiilor, şi nu numai, iată că acum, continuarea aventurilor trăite de Jewel, Blu şi cei trei copii, însoţiţi de celelalte personaje, se concentrează pe dans, muzică şi culori spectaculoase. O animaţie adusă pe ecrane tot de regizorul Carlos Saldanha şi producătorii John C. Donkin şi Bruce Anderson, şi care ne fac părtaşi la aventurile celor două simpatice personaje şi lumea plină de culoare a faimosului oraş brazilian. Nominalizată şi la Oscar, această animaţie, cu muzică bună şi o serie de voci împrumutate de la actori tineri şi talentaţi, este unul dintre cele mai aşteptate filme create de producătorii celebrei serii Ice Age.

Să ne amuzăm şi să ne aventurăm într-o viaţă în sălbăticie, odată cu eroii filmului *RIO 2.*

PORTRET

Romaniţa Ionescu

Este o actriţă de teatru şi film, născută pe 7 aprilie 1977, la Constanţa, ce joacă, încă de la absolvirea Universităţii Naţionale de Artă Teatrală şi Cinematografică Ion Luca Caragiale, secţia Actorie, în anul 2000, la Teatrul Naţional „Marin Sorescu" din Craiova, locul unde au debutat mulţi dintre actorii generaţiilor de aur ai teatrului românesc.

Desigur, pentru un actor tânăr este important să păşeşti pe scena unui teatru de renume care s-a bucurat de multe premii de-a lungul timpului şi a primit distincţii pe măsură, pentru piesele puse în scenă. Aşa se face că, în acest an *Romaniţa Ionescu* a fost nominalizată, alături de un alt actor al aceleiaşi instituţii de cultură, actorul Valer Dallakeza, la premiile UNITER 2014.

Actriţa *Romaniţa Ionescu* a fost nominalizată la categoria cel mai bun rol secundar feminin pentru rolul din spectacolul *„Profu' de religie"*, a cărui premieră a avut loc în noiembrie 2013. Dacă tânăra actriţă este cunoscută mai ales publicului craiovean, pentru roluri nenumărate, de la Teatrul „Marin Sorescu", pasionaţii filmului au putut să-i descopere talentul şi calităţile cu care a fost înzestrată, în *„Binecuvântată fii, închisoare"* unde a jucat personajul Eva Hecht, şi în filmul *Îngerul necesar* în regia lui Gheorghe Preda. Dar, spre deosebire de alţi actori tineri, *Romaniţa Ionescu* a avut norocul să fie distribuită şi în peliculele internaţionale *Blood Rayne* (2004), *Il Sacrificcio* (Italia) şi *Wild Dogs* (Canada).

Desigur, aceste roluri primite de tânăra actriţă sunt semnul distinctiv al calităţilor sale actoriceşti. Cariera frumoasă pe care cu stăruinţă, muncă şi seriozitate şi-o construieşte, ne aduce aminte că mulţi dintre titanii de ieri şi de astăzi ai teatrului şi filmului românesc au avut, cândva, un început susţinut tot prin muncă şi talent. *Romaniţa Ionescu* va fi, nu peste mult timp, un nume recunoscut.

Cu ochii pe carte

Omagiu lui Constantin Sârbu

Editura Lucman a lansat pe piaţă în ajunul Sărbătorilor pascale un volum interesant dedicat preotului Constantin Sârbu, cel considerat un mare mărturisitor creştin. Din scurta biografie, care deschide volumul, aflăm că părintele Constantin Sârbu s-a născut pe 10 ianuarie 1905 într-un sat de lângă Galaţi, şi a rămas de mic orfan de ambii părinţi.

De la bunica lui, în grija căreia rămâne, o femeie foarte credincioasă, Constantin Sârbu dobândeşte dragostea de Dumnezeu, i se deschide calea credinţei şi i se imprimă gândul Preoţiei. Urmează seminarul teologic din Galaţi şi facultatea de teologie din Bucureşti. După terminarea studiilor rămâne timp de doi ani cântăreţ în biserica Lucaci. Se căsătoreşte cu domnişoara Maria Constantinescu şi se mută la Huşi, ca director al Şcolii de cântăreţi de pe lângă Episcopia Huşi, iar în 1934 este hirotonisit preot pentru Catedrala Episcopală Huşi. Din dragoste de Dumnezeu şi grijă de oameni, construieşte un azil de bătrâni pe Dealul Schitului de la marginea oraşului. Se mută ulterior la Bucureşti unde obţine, prin concurs, parohia Parcul Călăraşi din Bariera Vergului.

După ani, prin rugăciunile şi îndemnul Părintelui Sârbu, prin aportul Casei Regale, sprijinul moral şi material al veştitului medic chirurg Victor Gomoiu, precum şi prin banii strânşi din concertele corului Bisericii Vergului, s-au înălţat zidurile bisericii „Sfinţii Împăraţi Constantin şi Elena", ridicată, în cea mai mare parte, prin munca credincioşilor veniţi de pretutindeni. Începută în 1942, construcţia bisericii s-a încheiat în 1949, dar vremurile se schimbaseră între timp. În 1954, părintele Constantin Sârbu a fost arestat şi a petrecut următorii 8 ani în închisoare, urmaţi de doi ani de domiciliu forţat în Bărăgan. După eliberare a primit cea mai săracă capelă din Bucureşti pe care a transformat-o în Biserica Sapienţei, cea care formează şi obiectul volumului

„Un mare mărturisitor creştin, preotul Constantin Sârbu".

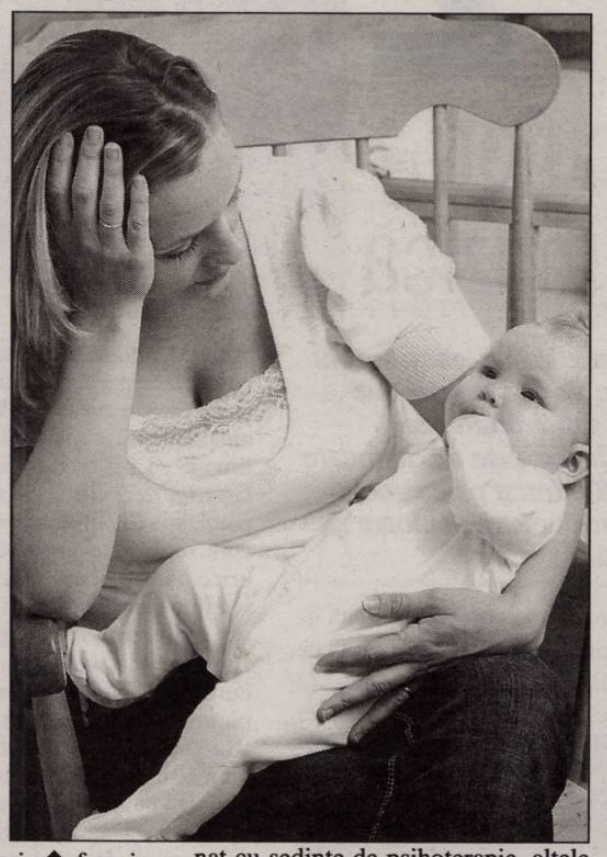
Primul capitol cuprinde o serie de mărturii foarte interesante despre Constantin Sârbu, care acoperă jumătate din volum. Capitolul al II-lea strânge câteva meditaţii în Săptămâna Mare. În capitolul al III-lea sunt publicate câteva cateheze, 22 de lecţii de religie creştină ale preotului Constantin Sârbu. Capitolul al IV-lea conţine documente scrise de Constantin Sârbu referitoare la Biserica Sapienţei din Bucureşti pentru ca în ultimul capitol să fie publicate cuvintele rostite cu ocazia parastasului de cinci ani al părintelui Constantin Sârbu din 19.10.1980 şi cele rostite cu ocazia parastasului de zece ani. Volumul editat de editura Lucman în colecţia *„Mărturie ortodoxă"* ce reprezintă, totodată, un omagiu adus preotului Constantin Sârbu. Sau aşa cum spunea preotul Ioan Popescu în 1980: „Ia-ţi, frate, cu dobândă astăzi, ce ai investit duhovniceşte, cu atâta dăruire preoţească".

Pagină realizată de
IOANA FLORIA

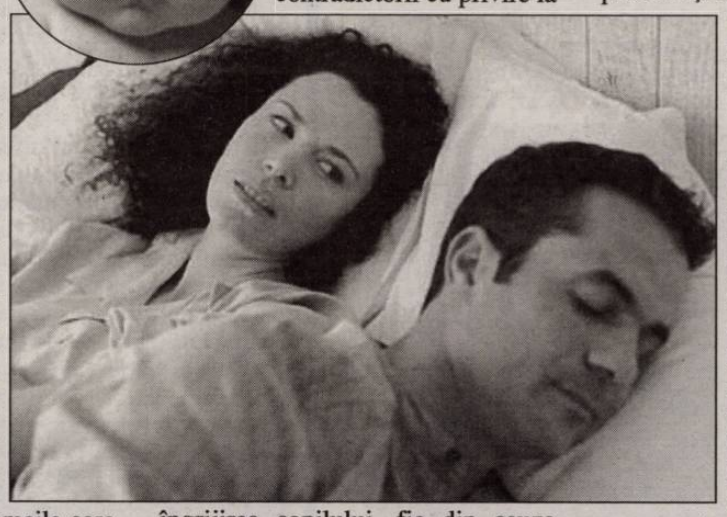
Suferinţele tinerelor mame

Venirea pe lume a unui copil constituie, aproape în toate cazurile, un prilej incontestabil de bucurie majoră a părinţilor. Totuşi, imprevizibilele „cotloane" ale psihicului uman fac ca după naştere tânăra mama să fie vizată de potenţiale stări contradictorii, deseori necontrolate. Astfel, depresia postpartum este o tulburare emoţională care le afectează pe unele femei după naştere (există un fenomen mai puţin cunoscut, dar cât se poate de real, prin care şi bărbaţii pot fi afectaţi de această problemă).

Factorii care contribuie la depresia postpartum sunt: ◆ *nivelul hormonal* (Este ştiut că hormonii au o influenţă considerabilă asupra stării emoţionale prin controlul pe care-l au asupra biochimiei creierului. Dacă unele femei au stări depresive tranzitorii înaintea fiecărui ciclu menstrual, ne putem da seama cu uşurinţă cam ce influenţă pot avea schimbările hormonale care intervin după naştere asupra stării emoţionale.); ◆ traume fizice şi/sau psihice suferite înaintea sau în timpul naşterii: complicaţii rezultate din sarcină, din travaliu sau de pe urma operaţiei de cezariană.); ◆ *istoricul medical personal* (Dacă femeia a mai avut episoade depresive sau alte tulburări emoţionale pe parcursul vieţii, există o mai mare probabilitate să fie afectată şi de depresia postpartum.); ◆ *probleme de cuplu* (Femeile care se confruntă cu dificultăţi în relaţia de cuplu sunt mai predispuse către această afecţiune.); ◆ *lipsa susţinerii emoţionale* din partea apropiaţilor: partener, familie sau prieteni. (Cum nu mulţi oameni sunt informaţi cu privire la ce înseamnă depresia postpartum sau cât de reală este ea, apropiaţii pot avea tendinţa să o judece pe proaspăta mămică pentru stările emoţionale pe care le resimte şi pentru acţiunile care derivă din ele.); ◆ *lipsa posibilităţilor materiale;* ◆ *apariţia unor evenimente de viaţă negative,* precum moartea sau boala cuiva apropiat, abuz, pierderi de altă natură.



Schimbarea bruscă a stilului de viaţă poate contribui şi ea la problema despre care vorbim. Mama se poate simţi copleşită de noile responsabilităţi aduse de îngrijirea unui copil, de programul haotic, de teama că nu va fi o mamă bună şi de aşteptările nerealiste de a fi o mamă perfectă. Multe mame spun că nu se aşteptau să fie atât de greu, chiar dacă şi-au dorit să aibă un copil. Problemele de cuplu pot agrava situaţia şi mai mult, dacă partenerul începe să o critice, să o jignească sau să o compare cu alte mame. În multe familii se obişnuieşte ca membri ai familiei apropiaţi (de obicei mama şi soacra) să vină să o ajute pe noua mămică, iar uneori şi în acest context pot apărea probleme: fie ca rezultat al părerilor contradictorii cu privire la



îngrijirea copilului, fie din cauza problemelor de relaţionare preexistente naşterii. În plus, proaspăta mamă poate resimţi o pierdere a identităţii faţă de cine era înaintea naşterii, sentiment care poate fi foarte tulburător şi presant. Dacă o femeie care se găseşte într-o asemenea situaţie nu are înţelegerea, răbdarea şi susţinerea celor din jur, dacă cei care-i sunt aproape o condamnă pentru felul în care se simte, riscurile ca starea de depresie să se adâncească, în mod alarmant.

Simptomele specifice depresiei postpartum sunt următoarele: ◆ lipsa energiei şi a motivaţiei; ◆ sentimente negative faţă de noul-născut; ◆ lipsa încrederii în sine, dar şi în cei din jur; ◆ sentimentul lipsei de valoare şi cel al vinovăţiei; ◆ teama că şi-ar putea pune în pericol bebeluşul; ◆ dormitul mai mult decât de obicei; ◆ femeia plânge mult şi aparent fără motiv; ◆ lipsa plăcerii şi a speranţei faţă de viitor; ◆ schimbări considerabile în apetit şi în greutatea corporală; ◆ lipsa interesului faţă de bebeluş, precum şi faţă de propria persoană; ◆ probleme de memorie; ◆ dureri de cap; ◆ dificultăţi în luarea deciziilor.

Buna gestionare a stării menţionate condiţionează revenirea la o viaţă normală, echilibrată. Cel mai important lucru de făcut este să ceri ajutorul şi să nu vezi această problemă ca pe o înfrângere sau ca pe o slăbiciune, pur şi simplu, pentru că depresia nu dovedeşte aşa ceva. Este, în schimb, o problemă care trebuie tratată, şi care pe măsură ce vei începe să o rezolvi, îţi vei da seama cât de puternică eşti, de fapt. Unele femei au nevoie de tratament psihiatric combinat cu şedinte de psihoterapie, altele au nevoie doar de psihoterapie, iar altele necesită tratament hormonal. În orice caz, cerând ajutor specializat, schimbările către bine nu vor întârzia să apară.

Suportul şi înţelegerea celor apropiaţi sunt iarăşi de bază. În caz că persoanele apropiate nu ştiu sau nu înţeleg ce este depresia postpartum, o discuţie cu un medic sau cu un psiholog le poate informa şi le poate oferi informaţii cu privire la modalitatea în care pot fi sprijinite. Încercaţi să vă faceţi timp şi pentru dumneavoastră, găsind din când în când o persoană de încredere cu care să vă lăsaţi bebeluşul, timp în care puteţi face exact acele lucruri, care vă bucură şi care vă oferă plăcere: un masaj, o ieşire în natură, un film sau o piesă de teatru.

Faptul că sunteţi mamă nu înseamnă că viaţa s-a terminat. Căutaţi sprijinul altor mămici care trec prin experienţe similare, cu ajutorul grupurilor de suport şi al reţelelor de socializare.

Antibiotice contra lombalgiei

Dacă, în principiu, toată lumea ştie că antibioticele se utilizează în tratarea infecţiilor din organism, relativ recent s-a remarcat şi un alt efect pozitiv al acestora. O echipă de cercetători britanici şi danezi a ajuns la concluzia că, în circa 40% din cazurile de lombalgii cronice cu hernie de disc, cauza durerilor ar putea fi legată de o bacterie din coloana vertebrală – *Propionibacterium acnes*, implicată şi în acnee.

Specialiştii au efectuat cercetări pe un grup de circa 60 de pacienţi care sufereau de mai multe luni de dureri lombare şi care trecuseră printr-o operaţie de hernie de disc. La RMN se pusese în evidenţă o anomalie vertebrală care poate fi o „semnătură" a prezenţei *P. acnes*. Apoi, pacienţii au fost împărţiţi în două grupe: timp de 3 luni, primii au primit un placebo, iar cei din al doilea grup, un antibiotic. Rezultatul a arătat că numai cei trataţi cu antibiotice au înregistrat o ameliorare: durerile dorsale au scăzut mult în frecvenţă şi intensitate. Aceste cercetări lansează ipoteza unei infecţii localizate, pentru explicarea anumitor lombalgii persistente şi rezistente la tratamentele obişnuite, perspectiva fiind promiţătoare.

Aspirina ajută inima

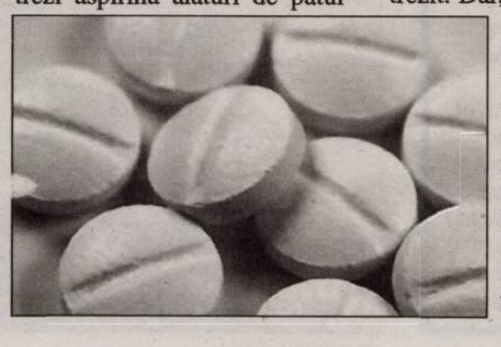
Fără a fi adepţii unui consum de medicamente necenzurat şi mai ales nerecomandat de specialişti, semnalăm o recomandare importantă din partea unor medici referitoare la un asemenea produs foarte cunoscut: aspirina. În cazul de faţă, utilitatea ei ar fi remarcată în cazurile de potenţiale probleme grave în funcţionarea inimii.

Cercetările în domeniu au dus la concluzia că majoritatea infarcturilor apar în timpul zilei, între orele 6:00 şi 18:00. Producerea unui infarct în timpul nopţii, când inima ar trebui să se odihnească, arată că s-a întâmplat ceva neobişnuit la acel nivel.

Mai multe echipe de medici au muncit ani şi ani de zile pentru a arăta că de vină este apneea din timpul somnului. Drept consecinţă, ei ne spun:

■ Dacă iei o aspirină pe zi, atunci ia-o seara. De ce atunci? Aspirina are un timp de înjumătăţire de 24 de ore şi de aceea, dacă majoritatea infarcturilor se petrec la orele mici ale dimineţii, aspirina ar fi mai puternică în sistemul tău.

■ Aspirina rămâne de obicei timp îndelungat în cutia cu medicamente (când se învecheşte, miroase ca oţetul). Şi-atunci, nu ar fi mai bine să păstrezi aspirina alături de patul tău? E vorba despre infarcturi!



■ Reţine că sunt şi alte simptome ale unui infarct, în afara durerii în braţul stâng: durere intensă în bărbie, greaţă, transpiraţie abundentă. Şi aceste simptome pot apărea, dar frecvenţa lor e mai redusă.

■ Totuşi, s-ar putea să nu existe durere în piept în timpul unui infarct. În jur de 60% din persoanele care au făcut infarct în somn nu s-au trezit. Dar, dacă el se produce, durerea în piept s-ar putea să vă trezească din somn. În acest caz, dizolvaţi imediat două aspirine în gură şi înghiţiţi-le cu puţină apă. De asemenea, până la sosirea echipajului de salvare, nu staţi întins!

PE SCURT, DESPRE sănătatea dumneavoastră

Există astăzi o adevărată goană continuă după ceea ce (credem că) este natural, ecologic, neamestecat cu ingrediente de sinteză, deci cu „chimicale". Firește, produsele alimentare sunt primele vizate într-o astfel de preocupare, fiindcă însăşi existenţa noastră — bună, rea — se leagă de hrană, câtă vreme celelalte elemente vitale, aerul şi apa, deocamdată le putem pelua încă la liber, chiar dacă şi ele sunt foarte frecvent suprasaturate de poluanţi chimici. Datorită acestei orientări nutritive firești, deşi transformată uneori în psihoză, a luat amploare o foarte profitabilă industrie şi piaţă a produselor etichetate eco, bio sau natural. Din păcate, şi la acest capitol trebuie să fim cât se poate de circumspecţi, întrucât nu întotdeauna ceea ce scrie pe ambalaj se regăseşte în produsul cumpărat. Exemplele ne stau la îndemână.

Ne place să credem că borcanele pe care scrie miere conţin... miere, sută la sută naturală. Ei bine, unii producători ştiu prea bine cum să păcălească în primul rând chiar albinele, oferindu-le nu neapărat pajişti ori livezi înflorite, ci recipiente cu siropuri deseori preparate cu zahăr rafinat. Alţii cumpără anumite sortimente de miere din ţări precum China,

Naturale şi chimicale...

„uitând" să specifice că producătorii de acolo se pricep şi ei de minune să o falsifice, filtrând polenul şi adăugând îndulcitori artificiali.

Industria cărnii este cea care abundă în contrafaceri, fiind vorba despre alimentul — probabil — cel mai consumat şi deci care trebuie să îndestuleze populaţia în fiecare clipă şi, aşa cum vedem, cu orice preţ. Ne oripilăm, şi pe drept cuvânt, când vedem filmuleţe realizate cu camera ascunsă (oare de ce nu deschise, oficial?) despre cum se injectează cu aditivi produsele din carne, începând de pildă cu puiul de abator, cel ce nu calcă deloc pe pământ şi nu cunoaşte gustul grăunţelor ori al râmelor. Arată excelent un asemenea pui rumenit la rotisor, însă în realitate s-ar putea ca mulţi dintre noi nici măcar să nu ştie ce gust are puiul adevărat. Tocmai pentru că păsările sunt hrănite şi injectate cu substanţe care intensifică gustul cărnii. De multe ori, puii pot fi efectiv îndopaţi cu astfel de substanţe până în momentul când acestea ating o pondere de 30% din greutatea lor. Bineînţeles, este doar o coincidenţă că puiul se vinde la kilogram... Să mai vorbim despre ceea ce intră în componenţa mezelurilor: alături de prafuri ce le schimbă gustul, mirosul, culoarea, consistenţa, transformându-le în „delicatese"?

În fine, nici biblicul peşte nu mai e ce a fost acum două mii de ani, când îndestula mulţimile înfometate. Păstrăvul ori somonul, despre care ştim că sunt înotători redutabili în apele de munte, au astăzi carnea moleşită de plutirea în bazinele supraaglomerate ale crescătoriilor, unde nici nu pot visa să vâneze o libelulă. Mai mult, pentru a-i da un aspect plăcut, cât mai apropiat de cel natural, producătorii vopsesc carnea în roz, folosind agenţi de colorare produşi de o companie farmaceutică.

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Alternanţa cald/rece

Nu trebuie să fii meteodependent, ca să ştii că vremea rea îţi deteriorează sănătatea. Variaţiile mari de temperatură, foarte agresive la noi în ultima perioadă, nu fac altceva decât să ne dea sănătatea peste cap. Un organism care nu este pregătit pentru aceste schimbări climatice poate suferi tulburări de circulaţie periferică şi accentuări ale stării de disconfort psihic. Este foarte posibil ca persoanele vizate să aibă accese de nervozitate, modificări ale ritmului cardiac, tulburări ale somnului şi chiar depresii. Printre cele mai frecvente afecţiuni provocate de schimbarea bruscă a temperaturii se numără bolile pulmonare şi respiratorii, alergiile şi chiar problemele de nutriţie.

Schimbările climatice reprezintă un pericol real pentru persoanele care suferă de boli cardiace. Chiar dacă temperaturile ridicate ameninţă viaţa celor care au probleme cu inima, medicii susţin că frigul duce la îngroşarea sângelui, crescând astfel riscul producerii atacurilor de cord.

Un studiu realizat în Franţa a demonstrat faptul că atunci când temperatura normală a zilei scade cu peste 10 grade, rata infarcturilor se măreşte cu 13%, iar când presiunea atmosferică se modifică cu 10 milibari, numărul infarcturilor creşte cu aproximativ 12 procente. Din cauza aerului rece şi umed, persoanele care suferă de reumatism se confruntă cu dureri foarte mari. Mai mult, fronturile de aer umed agravează diferitele forme de reumatism cronic degenerativ. De asemenea, tot când vremea se răceşte brusc, foarte multe persoane se confruntă cu ameţeli şi dureri de cap. Există şi mulţi oameni care, pe o asemenea vreme, acuză stări de oboseală acută, astenie fizică şi psihică, stări de somnolenţă continuă, cu toate că se odihnesc corespunzător noaptea.

Spitale şi acvarii

Titlul acestui articol nu se vrea o figură de stil, dar nici nu ne vom referi la vreo terapie neconvenţională nou-apărută, ci la efectele pozitive asupra stării de sănătate ale unui detaliu de viaţă aparent banal.

Acvariile plasate în unele spitale (ca şi inexistente la noi, din păcate) au relevat un gen de acţiune pasivă, dacă ne putem exprima astfel, asupra pacienţilor. Nu numai pentru că fac parte din cadrul ambiental agreabil în care bolnavii se întâlnesc cu vizitatorii, ci şi pentru că efectiv au virtuţi hipotensive, favorizează apetitul sau imprimă o stare generală de bine celor internaţi.

Observarea peştilor din acvariu timp de circa 20 de minute determină scăderea tensiunii arteriale pentru câteva ore. Un fel de tratament fără medicamente extrem de binevenit, mai ales pentru persoanele hipertensive. În SUA, s-a demonstrat că în secţiile de geriatrie unde exista posibilitatea contactului vizual cu un acvariu, pacienţii afectaţi de Alzheimer se hrăneau cu o mai mare uşurinţă. Mai mult decât atât, acvariul şi „locatarii" săi suscită un interes deosebit în rândul celor internaţi, deoarece viaţa acelui mediu acvatic este în rezonanţă cu ritmul vieţii pacienţilor, care se regăsesc în jurul lui ca şi cum s-ar aduna în jurul unui şemineu – au remarcat cercetătorii. Astfel, clienţii stabilimentului sunt încurajaţi să iasă mai des din cameră, pentru a intra în contact cu alţi pacienţi şi vizitatori.

Metaforic vorbind, peştii devin locatari cu drepturi depline ai spitalului. În ceea ce-i priveşte pe pacienţi, ei identifică peştii mai slabi ori mai puternici, se bucură atunci când văd că aceştia se înmulţesc, dar devin şi martori trişti atunci când unii mor. Într-un spital franţuzesc, pedopsihiatrii utilizează acvariile pentru a-i ajuta în special pe copiii cu tulburări alimentare, lăsându-i să hrănească peştii. Dar nu e totul. Cadrele medicale au constatat şi un efect ameliorator adus chiar de apa din acvarii.

De asemenea, copiii preocupaţi de acest mediu suportă mai uşor procedurile care implică şi o componentă dureroasă, efectul pozitiv persistând cel puţin 10 minute. De altfel, efectul anesteziant a fost verificat şi asupra unui grup consistent de adulţi, care au suportat mai uşor testele de durere la care au fost supuşi după ce observaseră un acvariu cu peşti timp de numai 5 minute. Efectul pozitiv a fost maxim după o jumătate de oră de observare.

Dar nu numai pacienţii beneficiază de insolita terapie (încă) neomologată ca atare, ci şi vizitatorii acestora, anxietatea lor scăzând considerabil atunci când aşteaptă, de pildă, ieşirea copilului lor din blocul operator.

Iată aşadar un gen de remediu neconvenţional insolit, simplu şi totodată surprinzător de eficace, evocând prin însăşi simbolistica apei şi a peştelui o îndepărtată stare a fiinţei umane aflate la începuturile evoluţiei sale, într-un timp mitic când bolile şi suferinţele sufletului ori ale spiritului nu erau cunoscute.

Ceaiul de tei nu este pentru copii!

O informaţie care poate părea şocantă pentru mulţi, însă ea ne poate deschide ochii asupra unei idei elementare, de bun-simţ: în materie de tratamente pentru sănătate, nu există pe lume niciun leac care să fie sută la sută benefic, deci care să nu impună şi o doză de prudenţă în utilizare, din diverse motive.

Iată, de pildă, banalul ceai de tei nu se recomandă copiilor cu vârste sub 5 ani, mai ales din cauza unor alcaloizi pe care îi conţine. Derivaţii colinici din florile de tei au un intens efect sedativ, chiar hipnotic (somnifer), asupra majorităţii copiilor de vârstă mică, efect aparent de dorit, mai ales în cazul celor foarte agitaţi. Dar substanţele active din ceai obligă creierul să fie mai leneş atunci când în mediu apar unii stimuli. Această „lenevire" este temporară şi reversibilă, însă poate avea alte consecinţe nefaste asupra evoluţiei sistemului nervos.

Spre exemplu, un consum pe timp mai îndelungat de ceai de tei poate face ca scoarţa cerebrală să se obişnuiască cu modelul lent de reacţie la orice stimul din mediu. Altfel spus, poate conduce la o nepăsare generală, lipsă de motivaţie, indiferenţă şi apatie. Acest model de evoluţie a psihismului, chiar dacă nu este evident, se întipăreşte uneori destul de bine în temelia proaspăt construită a mentalului şi chiar a temperamentului micuţului.

Ca şi în cazul ceaiului negru sau verde, starea de bine datorată modificării stării de excitaţie poate crea un prim model al dependenţei psihice, crescând riscul la tabagism, alcoolism sau alte toxicomanii ale viitorului adolescent. Iar la copiii cu reactivitate emoţională crescută ceaiul de tei poate conduce la stări de ameţeală şi chiar leşin, extrem de periculos, mai ales pe timpul jocului nesupravegheat.

Apa se bea la timpul ei!

Aflăm aproape zilnic un lucru de altfel corect şi absolut necesar: pentru a avea o stare de sănătate optimă, trebuie să ne hidratăm astfel încât să nu existe nicio clipă deficit de apă în organism, cantitatea medie recomandată pentru un adult fiind de cel puţin 2 litri pe zi.

Atenţie: vorbim despre apă, neincluzând deci la capitolul hidratare şi alte tipuri de lichide! Ceea ce e mai puţin cunoscut se referă la faptul că ar fi ideal ca apa să nu o bem la întâmplare, doar atunci când organismul ne semnalează că a ajuns la linia roşie în această privinţă. Există aşadar anumite momente când se recomandă să ne hidratăm, pentru ca astfel să maximizăm eficacitatea acţiunii apei în corp.

Aşadar: ● două pahare cu apă după trezire, dimineaţa (pe nemâncate) ajută la activarea organelor interne; ● un pahar cu apă cu 30 de minute înaintea unei mese ajută la digestie; ● un pahar cu apă înaintea unei băi ajută la scăderea tensiunii arteriale; ● un pahar cu apă înainte de a merge la culcare preîntâmpină atacul cerebral sau infarctul. De asemenea, a bea apă înainte de culcare ajută şi la prevenirea crâcceilor pe timpul nopţii, deoarece muşchii de la picioare au nevoie de hidratare când se „chircesc" şi durerea te trezeşte, pentru ca astfel să se relaxeze.

Remedii naturale

Arome tropicale, leacuri universale

Un important principiu al eficacităţii remediilor luate ca atare din natură (fructe, flori, frunze etc.) recomandă ca respectivul produs să provină din zona de origine a persoanei tratate, deoarece energiile cu care este încărcat sunt mult mai favorabile unui efect pozitiv în cazul dat, ele rezonând mai bine cu energiile individuale ale pacientului. Totuşi, numeroase alte calităţi fac ca şi leacuri similare, aduse din locuri îndepărtate, să ne ajute la tratarea şi vindecarea unor afecţiuni. Iată două exemple elocvente în acest sens!

Fructe exotice, produse de o specie de palmier, ***curmalele*** sunt nu numai gustoase, dar reprezintă şi o sursă importantă de carbohidraţi. Sunt bune energizante, având un conţinut de până la 70% fructoză – înlocuitor ideal al zahărului pentru persoanele dependente de dulciuri. Numărându-se printre fructele cu cel mai bogat conţinut de fier, curmalele uscate, ca parte a dietei zilnice, sunt un ajutor de nădejde pentru fetele şi femeile expuse anemiilor feriprive, atât pe durata ciclului menstrual, cât şi odată cu apropierea menopauzei. Doar şapte curmale asigură mare parte din necesarul zilnic de fier.

Cei care doresc să se îngraşe câteva kilograme pot să consume cu încredere ca desert aceste fructe bogate în calciu, potasiu, fosfor, magneziu şi caroten. Ele sunt un bun remediu şi în afecţiunile digestive, iar persoanele astenice sau aflate în convalescenţă se pot bucura de calităţile lor revigorante. Curmalele întăresc imunitatea şi sunt energetice. O gustare de curmale, asezonată cu puţin susan, constituie o sursă de acizi graşi polinesaturaţi şi de proteine. Dieta bogată în curmale îmbunătăţeşte activitatea cardiacă, combate anemia şi insomniile, putând înlocui zahărul şi dulciurile rafinate. La cumpărare, evitaţi curmalele gălbui, cu aspect uscat, ca să puteţi avea siguranţă că sunt fragede. Nu se recomandă în cazul diabeticilor!

Fructele de ***smochin*** erau adorate de vechii greci, iar romanii, la rândul lor, le considerau sacre. Şi fructele uscate de smochin au calităţi curative deosebite datorită aportului de fier, fosfor, calciu, potasiu, vitaminele A, C şi B6, vitamine uşor asimilabile. 100 g de smochine conţin aproape de două ori mai mult calciu decât laptele.

Iată şi alte beneficii terapeutice de reţinut:

■ ajută la detoxifierea organismului şi sunt utile în curele de slăbit, datorită conţinutului de fibre hrănitoare, ce ţin departe senzaţia de foame. Doar şase smochine vă pot asigura aproape jumătate din necesarul zilnic de fibre.

■ magneziul din smochine este de folos funcţionării optime a sistemului nervos; ajută la oxigenarea celulelor şi ţine departe radicalii liberi;

■ previn cancerul datorită conţinutului de benzaldehidă, un puternic agent anticancerigen;

■ recunoscute ca fructe foarte energetice (215 kcal la 100 g), smochinele sunt alimente care au avantajul că se digeră uşor.

Introduse în dietă, combat constipaţia, tulburările digestive, furunculoza, previn anemia şi diferite forme de cancer.

LUNI - 21 aprilie

TVR 1

6.00 Zestrea românilor (r) 8.10 Festivalul Național Ion Dolănescu 9.30 Clubul desenelor animate 10.30 Film: „Alvin și veveriţele pe urmele vârcolacului" 12.00 O dată-n viață (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Germana... la 1 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 17.00 Festivalul International de Circ de la Massi (r) 18.10 Film: „Omuleții de sub casă" (SUA, 1997) 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Gala umorului 22.35 „Let It Be" Beatles — Noaptea care a schimbat America 0.30 Magazin UEFA Champions League 2013-2014 1.05-3.25 Reluări.

PRO TV

8.15 Film: „Eu și monstrul meu" (coprod., 2007) 10.30 Film: „Cu duzină e mai ieftin 2 - Războiul tatilor" (r) 12.30 Film: „Doctor Dolittle: Aventura la Hollywood" (coprod., 2009) 14.00 Minunea dansului (r) 17.00 Film: „Zâna Măseluță" (r) 19.00 Știrile ProTv 20.30 Film: „Mamaia" (România, 2013). Cu: Stela Popescu, Valentin Teodosiu 22.15 Film: „Conspirația din Birmania" (coprod., 2011). Cu: Sharon Stone 0.30-6.30 Reluări.

ANTENA 1

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.00 Film: „Brigada Diverse în alertă" (România, 1970). Cu: Toma Caragiu, Puiu Călinescu 13.00 Observator 13.15 Te cunosc de undeva (r) 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Divertisment 22.30 Film: „Asterix și Obelix: În Slujba Majestății Sale" (Franța, 2012). Cu: Gerard Depardieu, Edouard Baer, Guillaume Gallienne 0.30-3.45 Reluări.

PRIMA TV

7.00 Film d.a.: „My Little Pony: Equestria Girls" (coprod., 2013) 8.30 Film: „Dădace pe bandă" (SUA, 2008) 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Vrei să fii milionar? (r) 12.30 Film: „Iarna bobocilor" (România, 1977) 14.30 Film d.a.: „Fantasticul domn Fox" (SUA, 2009) 16.30 Trăsniții 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Epic Show 21.30 Jurnalul unui burlac 22.00 Film: „Ultimul Samurai" (coprod., 2003). Cu: Tom Cruise, Billy Connolly 0.30-6.30 Reluări.

ACASĂ

6.15-8.45 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.15-13.30 Reluări 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „Regina" 22.30 Film: „Frumusețe" (coprod., 2006). Cu: Eduardo Verastegui, Tammy Blanchard, Manny Perez 0.15-5.15 Reluări.

TVR 2

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Lumea și noi 8.10 Film: „Maria Mirabela" (România, 1983) 9.20 Sărbătoarea primăverii (r) 11.10 Film: „Rătăcit în jungla civilizației" (SUA, 2000) 13.00 Magia Primăverii — „Vă place opera?" (I) 14.00 Concert de Paște (I) 14.30 Cultura minorităților 15.10 Film: „În umbra unui vis" (SUA, 1992). Cu: Chuck Norris, Jonathan Brandis 17.00 Concert The Piano Guys 18.00 Telejurnal 18.40 Album de Paște 20.10 Film: „Visul unei nopți de vară" (SUA, 1999). Cu: Michelle Pfeiffer, Kevin Klein 22.10 Doc.: „Părintele Arsenie Boca, omul lui Dumnezeu" 23.40-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.45-8.45 Reluări 9.45 Acasă în bucătărie 10.45 Serial: „Max Steel" 11.15 Serial (r) 12.15 La Măruță 14.45 Serial: „Cea mai frumoasă școală" 15.45 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 16.45 Film: „Ușuraticul" (r) 18.45 Serial: „Smallville" 19.50 Serial: „La Bloc" 21.00 Serial: „Prietenii tăi" 22.00 Film: „Avionul deturnat" (SUA, 2012). Cu: Dominic Purcell, Randy Couture 0.00 Serial: „Dispăruți" 1.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 1.45-4.00 Reluări 4.45 Lumea pro Cinema 5.15 Cine A.M.

MARȚI - 22 aprilie

6.00 Telejurnal matinal 9.00 Serial: „Legenda cavalerului rătăcitor și a frumoasei Rază-de-Lună" 10.30 „Let It Be" Beatles — Noaptea care a schimbat America (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 EURO polis 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 16.50 Serial: „Zeul războiului" 18.00 Premiile Europene „Dincolo de Frontiere", 2014 — Meci din semifinală. Meci tur 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Studio fotbal UEFA Champions League 22.00 Serial: „La birou" 23.50-4.50 Reluări.

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: România, te iubesc! (r) 11.00 Film (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Mamaia" (r) 17.00 Știrile Pro Tv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 MasterChef 22.30 Știrile Pro Tv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00 Serial: „Spion pe cont propriu" 1.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Film: „Alvin și veveriţele: Naufragiați" (SUA, 2011) 22.30 Un Show Păcătos 1.00 Observator (r) 2.00 Film: „Cavalerii spațiului" (SUA 2004). Cu: Brady Corbet, Bill Paxton, Vanessa Hudgens 3.30-4.00 Reluări.

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Vrei să fii milionar? (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Știrile Times New Roman (r) 14.30 Răzi și câștigi (r) 15.00 Click! (r) 16.00 Trăsniții (r) 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Film: „Mama are un nou iubit" (SUA, 2008). Cu: Antonio Banderas, Meg Ryan 22.30 Click! 23.30-5.00 Reluări 5.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 6.00-6.30 Reluări.

6.15 Doctorul casei (r) 7.15 Serial: „Abisul pasiunii" (r) 8.15 Povești adevărate (r) 9.15 Teleshopping 9.45-13.30 Reluări 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „Regina" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Engaged and Underaged 0.00-5.15 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.30 Lumea și noi 8.10 Film: „Maria Mirabela în Tranzistoria" (România, 1989) 9.20 Omul cu chitara (r) 10.10 D'ale lu' Mitică (r) 11.10 Mugurel de primăvară 13.00 Magia Primăverii — „Vă place opera?" (II) 14.00 Concert de Paște (II) 14.30 Cultura minorităților 17.00 Televiziunea, dragostea mea 18.00 Telejurnal 18.40 Album de Paște 20.10 Destine ca-n filme 21.40 Retrombil 22.10 Film: „Vulturii legii" (SUA, 1989). Cu: Robert Redford, Debra Winger, Darryl Hannah 0.10 Serial: „În umbra legii" 1.00-6.00 Reluări.

8.30-9.00 Reluări 10.00 Serial: „Max Steel" 10.30 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" (r) 11.30 Serial (r) 12.30 La Măruță 14.00 Lumea Pro Cinema 14.45 „Serial: „Cea mai frumoasă școală" 15.45 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 16.45-17.45 Reluări 18.45 Serial: „Smallville" 19.50 Serial: „La Bloc" 21.00 Serial: „Prietenii tăi" 22.00 Film: „Action Jackson" (SUA, 1988). Cu: Carl Weathers 0.00 Serial: „Dispăruți" 1.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 1.45-4.00 Reluări 4.45 Lumea Pro Cinema 5.15 Cine A.M.

MIERCURI - 23 aprilie

6.00 Telejurnal matinal 9.00 Serial: „Legenda cavalerului rătăcitor și a frumoasei Rază-de-Lună" 10.30 Dosar Români (r) 11.30 Garantat 100% 12.30 Vreau să fiu sănătos! (r) 13.00 Opre Roma 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Convieţuiri 16.50 Serial: „Zeul războiului" 18.10 Europa mea 18.50 În linia întâi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Dosar România 22.00 O țară mai bună 22.30 Biziday 23.30 Drumul spre Brazilia 0.10 Film: „Soarele negru" (coprod., 2007). Cu: Valeria Golino, Kaspar Capparoni 1.55-4.50 Reluări.

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Dovada vie" (SUA, 2008) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Iarna bobocilor" (România, 1977) 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Jumper: Oriunde, oricând" (coprod., 2008). Cu: Hayden Christensen, Jamie Bell 22.30 Știrile ProTv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Serviciul Român de Comedie: Happy Show 22.00 Serial: „Mr. Bean" 22.30 Un Show Păcătos 1.00 Observator (r) 2.00 Film: „Titanic" (ultima parte) 3.30-4.00 Reluări.

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Epic Show (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Știrile Times New Roman (r) 14.30 Răzi și câștigi (r) 15.00 Click! (r) 16.00 Trăsniții (r) 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Cronica Cârcotașilor 22.30 Click! 23.30-5.00 Reluări 5.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 6.00-6.30 Reluări.

6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.15 Serial: „Cununa de lacrimi" (r) 12.15 Serial: „Santa diabla" (r) 13.30 Doamne de poveste (r) 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „Regina" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Engaged and Underaged 0.00-5.15 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.30 Lumea și noi 8.00 Concert The Piano Guys (r) 9.00 Documentar 360° — GEO (r) 10.10 Mistere și conspirații (r) 11.10 Destine ca-n filme (r) 12.35 Retromobil (r) 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Magazin UEFA Champions League 2013-2014 (r) 14.30 Cultura minorităților 15.00 Omul cu chitara (r) 16.00 Serial: „Black Harbour" 17.00 Televiziunea, dragostea mea 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360° — GEO: Guadelupa — cel mai bun rom din lume 20.10 De la Dinescu... citire! 21.30 Festivalul Național de Teatru — Ediția 2013 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „Împotriva sorții" 0.10 Serial: „În umbra legii" 1.00-6.00 Reluări.

8.30-9.00 Reluări 10.00 Serial: „Max Steel" 10.30-11.30 Reluări 12.30 La Măruță 14.00 Descoperă România 14.45 Serial: „Cea mai frumoasă școală" 15.45 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 16.45-17.45 Reluări 18.45 Serial: „Smallville" 19.50 Serial: „La Bloc" 21.00 Serial: „Prietenii tăi" 22.00 Film: „Inamicul nevăzut" (SUA, 2006, partea I). Cu: Stephen Dorff, Mira Sorvino 0.00 Serial: „Dispăruți" 1.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 1.45-4.00 Reluări 4.45 Lumea Pro Cinema 5.15 Cine A.M.

VALERIA GOLINO
— miercuri, 0.10 —

GERARD BUTLER
— duminică, 16.00 —

VANESSA HUDGENS
— marți, 2.00 —

TOM CRUISE
— luni, 22.00 —

TAMMY BLANCHARD
— luni, 22.30 —

JEAN-PAUL BELMONDO
— joi, 20.10 —

MICHELLE PFEIFFER
— vineri, 20.00 —

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI - 24 aprilie

6.00 Telejurnal matinal 9.00 Serial: „Legenda cavalerului rătăcitor și a frumoasei Rază-de-Lună" 10.30 Biziday (r) 11.30 Exclusiv în România (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 De joi până joi 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Akzente 16.50 Serial: „Zeul războiului" 18.10 Lozul cel mare 18.50 În linia întâi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 20.55 Clubul celor care muncesc în România 21.10 Joi la 9 22.30 Biziday 23.30 Mașini, teste și verdicte 0.00-4.50 Reluări.

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 10.45 Film: Iarna bobocilor" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Capcană în lumea modei" (Canada, 2010). Cu: Jeri Ryan, Anthony Lemke 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Las Fierbinți 21.30 Serial: „Altă săptămână nebună" 22.30 Știrile Pro Tv 23.05 Serial: „Lie to me — Psihologia minciunii" 0.00 Serial: „Spion pe cont propriu" 1.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Next Star cu Dan Negru 23.00 Un Show Păcătos 1.00 Observator (r) 2.00 Film: „Drumuri de fier" (SUA, 2008). Cu: Peter O'Toole, Sam Neill, Betty Sun 3.30 Observator special (r) 4.00 Acces direct (r).

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Historia.ro (r) 13.00 Cafeneaua Dilema Veche (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Casa: construcție și design (r) 14.30 Răzi și câștigi (r) 15.00 Click! (r) 16.00 Trăsniții (r) 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Film: „Mașina timpului" (SUA, 2002). Cu: Guy Pearce 22.30 Click! 23.30-5.00 Reluări 5.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 6.00-6.30 Reluări.

6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.00-13.30 Reluări 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „Regina" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Engaged and Underaged 0.00-5.15 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.30 Lumea și noi 8.00 Serial: „Black Harbour" (r) 9.00 Documentar 360° — GEO (r) 10.10 Academicienii 11.10 De la Dinescu... citire! 12.30 Festivalul Național de Teatru — Ediția 2013 (r) 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Pescar hoinar (r) 14.30 Cultura minorităților 15.00 D'ale lu' Mitică (r) 16.00 Serial: „Black Harbour" 17.00 Televiziunea, dragostea mea 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360° — GEO: Ecuador, cealaltă patrie a ciocolatei 20.10 Telecinemateca: „Pierrot nebunul" (Franța, 1965). Cu: Jean-Paul Belmondo, Anna Karina 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „Împotriva sorții" 0.10 Serial: „În umbra legii" 1.00-6.00 Reluări.

8.30-9.00 Reluări 10.00 Serial: „Max Steel" 10.30 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" (r) 11.30 Serial: „Smallville" (r) 12.30 La Măruță 14.00 Lumea Pro Cinema 14.45 Serial: „Cea mai frumoasă școală" 15.45 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 16.45 Serial: „La Bloc" (r) 17.45 Serial: „Prietenii tăi" 18.45 Serial: „Smallville" 19.50 Serial: „La Bloc" 21.00 Serial: „Prietenii tăi" 22.00 Film: „Inamicul nevăzut" (partea a II-a) 0.00 Serial: „Dispăruți" 1.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 1.45-4.00 Reluări 4.45 Lumea Pro Cinema 5.15 Cine A.M.

VINERI - 25 aprilie

6.00 Telejurnal matinal 9.00 Serial: „Legenda cavalerului rătăcitor și a frumoasei Rază-de-Lună" 10.30 Biziday (r) 11.30 Politică și delicatețuri (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Beneficiar România (r) 13.30 M.A.I. aproape de tine 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Oameni ca noi 16.00 Doc.: „Odiseea inuiților" 16.50 Serial: „Zeul războiului" 18.10 Finanțe și afaceri 18.50 Alegeri europarlamentare 2014 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viață 0.10 Film: „PVC-1" (Columbia, 2007). Cu: Merida Urquia, Hugo Pereira 1.45-4.50 Reluări.

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Capcană în lumea modei" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 13.45 MasterChef (r) 16.00 La Maruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Românii au talent 0.15 Film: „Anaconda" (SUA, 1997). Cu: Jennifer Lopez, Jon Voight, Ice Cube 1.00-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Film: „Teroare în zori" (SUA, 1994). Cu: Steven Seagal, Tamara Davies 22.30 Film: „Soldatul Universal: Un nou început" (SUA, 2009). Cu: Jean-Claude Van Damme, Dolph Lundgren 10.30-3.45 Reluări.

7.00 Ne-am trezit! — matinal 10.00 Teleshopping 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Ce gândesc femeile (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Levintza prezintă (r) 13.00 Secrete de Stil (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Click! Poftă bună! (r) 14.30 Răzi și câștigi (r) 15.00 Click! (r) 16.00 Trăsniții (r) 16.30 Ce gândesc femeile 17.00 Cireașa de pe tort 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Trăsniții 20.30 Film: „Sărutul dragonului" (coprod., 2001). Cu: Jet Li, Bridget Fonda 22.30 Click! 23.30-5.00 Reluări 5.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 6.00-6.30 Reluări.

6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.00 Serial: „Cununa de lacrimi" (r) 12.00 Serial: „Santa diabla" (r) 13.30 Serial: „O nouă viață" (r) 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „Regina" 22.30 Serial „Forța destinului" 0.00-5.30 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Lumea și noi 8.00 Serial: „Black Harbour" (r) 9.00 Documentar (r) 10.10 Memorialul Durerii (r) 11.00 Rezistența prin cultură (r) 12.10 Mistere și conspirații (r) 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Natură și sănătate 14.30 Cultura minorităților 15.10 Jurnal de front 16.00 Serial: „Black Harbour" 17.00 Televiziunea, dragostea mea 18.00 Telejurnal 19.00 Documentar 360° — GEO: Roluri mici la Cinecitta 20.10 Film: „În bătaia focului" (coprod., 2006, partea I). Cu: David Wenham 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „Împotriva sorții" 0.10 Serial: „În umbra legii" 1.00-6.00 Reluări.

8.30-9.00 Reluări 10.00 Serial: „Max Steel" 10.30-11.30 Reluări 12.30 La Măruță 14.00 Acasa în bucătărie 15.00 Serial: „Prostiile pe care le îndrugă tatăl meu" (ep.1,2) 16.00 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 17.00-18.00 Reluări 19.00 Serial: „Teoria Big Bang" 20.00 Film: „Petrecere pentru Gillian" (SUA, 1996). Cu: Michelle Pfeifer 22.00 Serviciul Român de Comedie 23.30 Film: „Italiencele" (România, 2004) 0.30 Serial: „Micuțele mincinoase" 2.15-3.45 Reluări 4.30 Lumea Pro Cinema 5.00 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ - 26 aprilie

6.00 Doc.: „Odiseea inuiților" (r) 7.00 O dată-n viață (r) 10.00 Beneficiar România 10.30 Mașini, teste și verdicte (r) 11.05 Gala umorului (r) 12.30 Tezaur folcloric (r) 13.00 Ora regelui 14.00 Telejurnal 14.35 37°C 16.00 Fotbal: Liga 2 la TVR — Play off 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Gala umorului 22.00 Profesioniștii 2310 Film: „Memento" (SUA, 2000). Cu: Guy Pearce, Carrie-Ann Moss 1.15-4.35 Reluări.

6.00 Serial: „Dora descoperă lumea" 7.00 Știrile Pro Tv 10.00 I like IT 10.30 Ce se întâmplă, doctore? 11.15 Film: „Molly" (SUA, 2006). Cu: David Aaron Baker, Steve Carey 13.00 Știrile Pro Tv 13.15 Film: „Arma dreptății" (SUA, 1997). Cu: Michael Jai White, John Leguizamo 15.15 Românii au talent (r) 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „De neoprit" (SUA, 2010) 22.30 Film: „Marea lovitură" (SUA, 1998). Cu: Mark Wahlberg, Lou Diamond Phillips 0.15-5.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Serial: „Întâmplări hazlii" 9.30 Next Star (r) 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 Te cunosc de undeva 23.45 Film: „Cutia" (SUA, 2009). Cu: Cameron Diaz, James Marsden, Frank Langella 2.00 Serial: „Dallas" 2.45 Observator (r) 3.30 Film (r) 5.10 Serial: „Întâmplări hazlii"(r).

7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniții (r) 9.30 Casa: construcție și design 10.00 Teleshopping 10.30 Secrete de Stil 11.00 Levintza prezintă 11.30 Click! Poftă bună! 12.00 T3CH IN 3 12.30 Răzi și câștigi (r) 13.00 Vrei să fii milionar? (r) 15.00 Imagini incredibile din lume (r) 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Știrile Times New Roman 20.30 Vrei să fii milionar? 21.30 Mondenii 23.30 Film: „Bruno" (SUA, 2009). Cu: Sacha Baron Cohen, Gustaf Hammarsten 1.30-6.30 Reluări.

6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimi" (r) 10.45 Teleshopping 11.15 Serial: „Cununa de lacrimi" (r) 12.15 Serial: „Santa diabla" (r) 13.15 Teleshopping 13.30 Doctorul casei (r) 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diabla" 20.30 Serial: „Regina" 22.30 Serial: „Forța destinului" 0.00-5.15 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.30 Ferma (r) 8.30 Serial: „Călători în lumi paralele" 9.30 Cap compas 10.00 Drumul succesului 11.00 Rugby: Farul Constanța — CSM Știința Baia Mare 13.00 Popasuri folclorice 14.10 Top cultura 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Mistere și conspirații 18.00 Telejurnal 18.30 Aștept să învieze 19.00 Jurnal de front 20.10 Filmul de Oscar: „Nicholas Nickleby" (coprod., 2002). Cu: Charles Hunnam, Anne Hathaway 22.20 Citește românește! 22.50 Film: „Nuntă cu bucluc" (Noua Zeelandă, 2006) 0.30 Film: „Testamentul tatălui" (SUA, 2007) 0.25-6.00 Reluări.

7.30-11.00 Reluări 12.30 La Măruță 15.00 Serial: „Prostiile pe care le îndrugă tatăl meu" 16.00 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 17.00 Film: „Petrecere pentru Gillian" (r) 19.00 Serial: „Teoria Big Bang" 20.00 Film: „Viraj periculos" (România, 1983) 22.00 CineTe Prinde, prezentata de Cristian Tudor Popescu 22.15 Film: „Despre oameni și melci" (România, 2012). Cu: Monica Bârlădeanu, Andi Vasluianu 0.15 Serial: „Dispăruți" 1.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 1.45-4.15 Reluări 5.00 Lumea Pro Cinema 5.30 Cine A.M.

DUMINICĂ - 27 aprilie

6.00 Teleenciclopedia (r) 6.55 Zestrea românilor 7.30 Universul credinței 9.30 Pro patria 10.00 În grădina Danei 10.30 Credo: Canonizarea Papei Ioan Paul al II-lea 14.00 Telejurnal 14.30 Politică și delicatețuri cu Mircea Dinescu 15.30 Tezaur folcloric 16.30 Magazin Mondial FIFA 2014 17.00 Sport plus 18.00 Lozul cel mare 18.30 Festivalul International de Circ de la Massi 18.50 Gala umorului (r) 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Întâlnire pe nevăzute" (SUA, 2006). Cu: Chris Pine, Anjali Jay 23.00 Garantat 100% 0.00-4.35 Reluări.

6.00 Serial: „Dora descoperă lumea" 7.00 Știrile Pro Tv 10.00 Știrile Pro Tv 11.00 Film: „Arma dreptății" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Film: „Prințesa și soldatul" (SUA, 2001) 16.00 Film: „Insula din vis" (SUA, 2008). Cu: Jodie Foster, Gerard Butler 18.00 România, te iubesc! 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Greu de ucis 4" (SUA, 2007) 23.00 Film: „Teoria conspirației" (SUA, 1997). Cu: Mel Gibson, Julia Roberts 1.30-5.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Serial: „Întâmplări hazlii" 9.30 Te cunosc de undeva (r) 13.00 Observator 14.00 Fotbal: Astra vs CFR Cluj 16.00 SuperBingo Metropolis 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 România Dansează 23.00 Serviciul Român de Comedie: Happy Show (r) 0.30 Film: „Lupta cu zombi" (SUA, 2004). Cu: Simon Pegg, Nick Frost, Martin Freeman 2.30 Observator (r) 3.15 Film: „Tornada" (SUA, 1996). Cu: Helen Hunt, Bill Paxton .

7.00 Teleshopping 7.30 T3CH IN 3 (r) 8.00 Click! Poftă bună! (r) 8.30 Eurobox 9.00 Ora 9 a României 10.00 Teleshopping 11.00 Historia.ro 11.00 Cafeneaua Dilema Veche 11.30 Imagini incredibile din lume (r) 12.30 Răzi și câștigi 13.00 Epic Show (r) 14.00 Mondenii (r) 16.00 Cronica Cârcotașilor (r) 18.00 Știrile Prima TV 19.30 Răzi și câștigi 20.00 Știrile Times New Roman 20.30 Vrei să fii milionar? 21.30 Schimb de mame 23.30-6.30 Reluări.

6.15-8.15 Reluări 9.15 Teleshopping 9.45 Serial: „Chemarea inimii" (r) 10.45 Teleshopping 11.15-13.30 Reluări 14.30 Serial: „Intrigi și seducție" 15.30 Serial: „Abisul pasiunii" 16.30 Doctorul casei 17.30 Serial: „Chemarea inimii" 18.30 Serial: „Cununa de lacrimi" 19.30 Serial: „Santa diablą" 20.30 Serial: „Regina" 22.30 Serial „Forța destinului" 0.00-5.15 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Cap compas (r) 8.00 Popasuri folclorice (r) 9.00 Ferma 9.55 M-ai văzut, ai crezut! 10.10 În curtea bunicilor 12.00 Serial: „Ochii care nu se văd" 13.00 Pescar hoinar 13.30 Natură și sănătate 14.10 Film: „Septembrie" (România, 1978). Cu: Anda Onesa, Geo Costiniu 16.00 Omul cu chitara 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Telejurnal 18.30 Magazin UEFA Champions League 2013-2014 19.00 Academicienii 20.10 Film: „Al patrulea stol" (România, 1978). Cu: Violeta Andrei, Ileana Stana Ionescu 22.50 Serial: „Lumini și umbre" 23.40-6.00 Reluări.

8.45 Descoperă România (r) 9.15 Promotor 10.15 Acasă în bucătărie 12.15-13.15 Reluări 14.15 Lumea Pro Cinema 15.00 Serial: „Prostiile pe care le îndrugă tatăl meu" 16.00 Serial: „Gossip Girl — Intrigi la New York" 17.00 Film: „Viraj periculos" (r) 19.00 Serial: „Teoria Big Bang" 20.00 Film: „Dispozitivul groazei" (Canada, 2005) 22.00 Film: „După impact" (SUA, 2004). Cu: Dean Cain, Bettina Zimmermann 0.00 Serial: „Dispăruți" 1.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 1.45-4.00 Reluări 4.45 Lumea Pro Cinema 5.15 Cine A.M.

Integramă de **M. ALBU**

Paralele

A ATRAGE ÎN CURSĂ / LOC TAINIC		MINE SCUMPE / A DUCE ÎN SPINARE		AER TARE LA MUNTE / ÎN DONIȚĂ!		TETE! / ARBORI LA MAL		FURT CU TÂLHĂRIE / AXE LA ROȚI		PANTALONI CU DUNGULIȚE / CEREMONIAL
FACE PRINSOARE / A COTI							A-I FI JENĂ / ȚINUȚI ÎN LESĂ			
				PREFIX DE NEGAȚIE / PRIETEN APROPIAT					COADĂ DE GAIȚĂ! / REVERIE	
STATE ALE LUMII / NOTĂ MUZICALĂ					FRAIER / A FACE CA PISICA					ESENȚĂ DE PRĂJITURI
		A ÎNMULȚI CU 1000 / ÎMPRUMUT LA BANCĂ						A-ȘI FACE APARIȚIA / MIEZ DE LITIU!		
	A LECTURA / PERIOADE ISTORICE					FIRIDĂ ÎN CASĂ / A DEȚINE ADEVĂRUL				EXTREM DE SLABI
			A PĂRĂSIT CLĂDIREA / ȘI-AU DAT BARBA JOS						ÎN SNOP! / POET NAȚIONAL	
ÎN GALERE! / VIN TARE AROMAT / DESPUIATĂ							BARZĂ EGIPTEANĂ / LAC DE MUNTE			
				CUI FĂRĂ VÂRF / FINAL DE CONTRACT				CHEMARE LA TELEFON / GARAJ GOL!		
A ÎNFRUNTA PERICOLUL / ASCUNS						ARBUST SPINOS				
					SOS CU USTUROI					

Verificați-vă cunoștințele

Sfintele Paşti

1. Ce sărbătoreşte lumea creştină de Sfintele Paşti?
2. Cine era procurator roman al Iudeii în timpul Patimilor şi Răstignirii lui Iisus?
3. Cine a luat trupul Mântuitorului pentru a-L îngropa, după ce fusese coborât de pe cruce?
4. Ce mare compozitor austriac (1732-1809) a compus în 1787, la solicitarea unei biserici spaniole, lucrarea „Ultimele şapte cuvinte ale Mântuitorului pe Cruce"?
5. Ce pictor italian (1510/18-1592) a pictat o celebră pânză cu „Coborârea de pe Cruce"?
6. Ce mare poet român (1866-1918) a scris poezia „La Paşti"?
7. Cine a realizat în 1977 filmul „Iisus din Nazarete" (Jesu di Nazarette) în care sunt prezentate şi Patimile şi Răstignirea Mântuitorului?

Răspunsurile pentru numărul trecut

1) Zeița egipteană distrugătoare, stăpână a războaielor și a molimelor, închipuită ca leoaică, se numea Sekhmet. 2) În cele mai multe reprezentări Herakles este înfășurat în blana Leului din Nemeea. 3) Statuia geniului „Leul" este opera sculptorului Spiridon Georgescu (1887-1974). 4) Volumul de versuri „O viziune a sentimentelor" aparține lui Nichita Stănescu. 5) Grupul statuar „Leul și șarpele" poartă semnătura lui Antoine Barye. 6) Cântecul patriotic „Pui de lei" a fost compus de Ionel G. Brătianu (1885-1921). 7) Filmul „Leul are aripi" a fost realizat de regizorul Michael Powell.

◆ ***5 răspunsuri corecte:*** *Cristina Ionescu,* Iaşi; *Ileana Popa* şi *Ioana Stan,* Baia Mare; *Ioana Costea* şi *Maria Stănescu,* Piteşti; *Corina Marinescu* şi *Violeta Voinescu,* Ploieşti; *Cristian Teodorescu,* Iaşi; *George Ionescu,* Ploieşti; *Ionel Petrescu* şi *Cristian Zamfirescu,* Bucureşti.

✉ ***Mihaela Hristea, Bucureşti (?).*** Ne pare rău dar nu aţi citit atent rubrica noastră. Noi susţinem *exact* acelaşi punct de vedere ca şi dumneavoastră, *cel corect.*

✉ ***Gheorghe Rotaru, Constanţa.*** Regretăm dar nu publicăm niciun fel de anunţuri de acest fel.

Cu ocazia Sfintelor Paşti dorim tuturor prietenilor noştri ca liniştea, pacea, sănătatea, norocul şi bucuria să coboare în sufletele şi în casele lor. *(Irina Stoica)*

Posta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Porumbelul", am primit:

◆ ***7 răspunsuri corecte:*** *Florentina Gorea,* Topliţa; *Mioara Popa* şi *Daniela Nicolae,* Iaşi; *Ing. Ion Ciocşan,* Pucioasa; *Gheorghe Enache,* Galaţi; *Ing. Mihai Călcăianu* şi *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Matei Bărbulescu,* Iaşi; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuş-Bihor; *Prof. Marin Ştefan,* Şimleul Silvaniei şi *Mihai Waspusch,* Bucureşti.

◆ ***6 răspunsuri corecte:*** *Raluca Petrescu,* Iaşi; *Corina Simion,* Sibiu; *Viorica Cernea,* Arad; *Ilinca Stănescu,* Ploieşti; *Ana Cristea, Violeta Marinescu* şi *Monica Vlad,* Timişoara; *Ion Mardare,* Vâlcea şi *Radu-Andrei Ciobanu,* Bucureşti.

Comorile noastre

CRISTIANA-ANDREEA MIRCEA
— Bucureşti

Sfaturi practice

Steaua din Bethlehem

Ornithogalum

◆ Este o plantă ornamentală cu bulbi, cu tulpină subțire care atinge 30 cm, cu frunze la bază și inflorescențe în vârf, în formă de stea. Culorile florilor diferă în funcție de specie, predominante fiind cele albe cu dungi verzi în mijloc. Pe măsură ce floarea se usucă, nuanțele de verde se estompează până când dispar complet.

◆ Denumirea populară a plantei (Steaua de la Bethlehem) vine de la aspectul de stea a petalelor.

◆ Plantele înfloresc primăvara. Trebuie crescute într-un loc însorit. Din fericire, rezistă și la temperaturi scăzute.

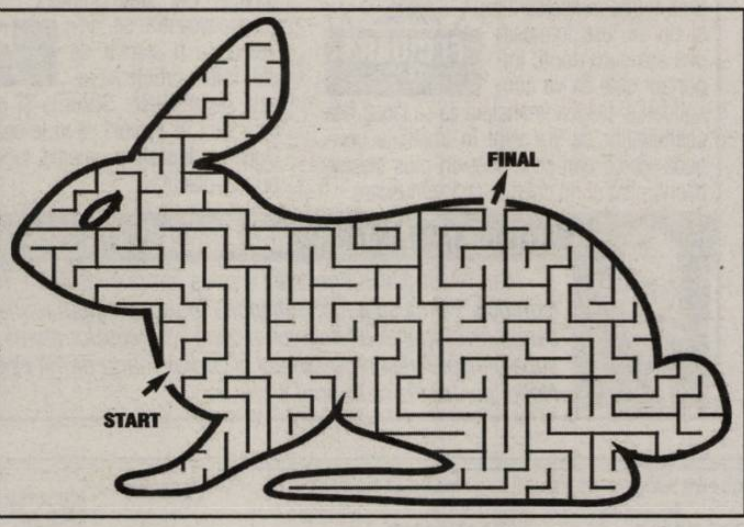
◆ Pentru condiții optime de creștere, se adaugă în sol compost. Planta trebuie udată pentru ca solul să nu se usuce.

◆ Se plantează într-un sol bine drenat, într-un loc unde beneficiază de cât mai multe ore de soare pe zi. Dacă este crescută în ghiveci, se fac periodic găuri de drenaj deoarece bulbii putrezesc în apa stătută.

◆ Bulbii se plantează la câțiva centimetri, cu vârful în sus, apoi pământul se udă bine în jur. Planta prinde rădăcini și face lăstari în toamnă. După perioada de înflorire, trebuie să fie menajată. La sfârșitul verii și toamna, frunzele care încep să se ofilească se taie. *(D.M.)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



SOLUȚIA INTEGRAMEI „ÎNTREBĂRI": *B - M - L - O - M - S - NEGUSTOREASA - RASI - IERNAT - RA - ARME - ETUI - RAI - IRISI - R - TIC - ASIN - ITI - A - IELE - MA - IC - CIUR - LAIBAR - FIOR - MIREAN - SO - IATA - URNI - SI - CIRIP - IS - TEAFAR - ETNIE.*

Soluția ***«SUDOKU»***
— jocul săptămânii 15

8	5	2	3	1	9	4	7	6
3	7	6	2	5	4	1	9	8
4	9	1	7	6	8	3	5	2
1	8	9	5	4	3	2	6	7
2	6	3	8	7	1	5	4	9
5	4	7	9	2	6	8	1	3
7	1	4	6	3	2	9	8	5
9	3	5	4	8	7	6	2	1
6	2	8	1	9	5	7	3	4

Umor

La ușă sună un țigan și întreabă:

— Nu aveți cumva vreo vechitură de care v-ați putea lipsi?

— Stai puțin s-o chem pe soacră-mea!

La școală, învățătoarea îl întreabă pe Bulă:

— la zi Bulă, tu știi cine a introdus acupunctura în țara noastră?

— Da doamnă învățătoare, Vlad Țepeș.

Polițistul vrea să-i pună fiola unui șofer.

— Nu pot să suflu, am astm.

— Atunci hai să-ți luăm sânge.

— Nu pot, sunt hemofilic.

— Atunci hai să umbli pe dunga albă.

— Nu pot, sunt beat.

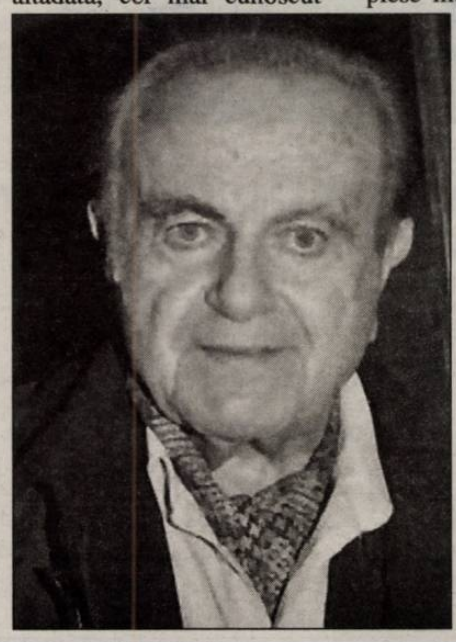
CRONICA TV

Un romantic incurabil

Cântăreții clasici (dar mai ales actorii) francezi ne-au fascinat mereu. Într-un fel, au intrat în viața noastră. Mă gândesc la Edith Piaf, la Mireille Mathieu, Joe Dassin, Gilbert Bécaud, Georges Moustaki, Georges Brassens, Jacques Brel și mulți alții.

E emoționant să-i revezi, invitați în diverse emisiuni, acum, la vârste înaintate, pe cei care au învins timpul. Emisiuni prilejuite în special de TV 5, un post care ne-a devenit mulți ani familiar.

Săptămâna trecută în emisiunea „Les Chansons D'Abord" a fost invitat unul dintre cântăreții foarte iubiți de francezi dar pe care, presupun, puțini dintre noi l-au ascultat. Numele său este Guy Beart, un romantic incurabil (s-a născut în Cairo, în anul 1930). A vorbit discret despre viața sa, a evocat evenimente importante din cariera sa artistică, a cântat refrene din cântecele sale de altădată, cel mai cunoscut fiind „À Amsterdam" – vocea sa de altădată și-a menținut limpezimea, tonul suav, catifelat, ușor vibrant – și i-a ascultat emoționat și entuziasmat pe câțiva tineri interpreți invitați în studio care au reînviat câteva dintre cele mai frumoase melodii din repertoriul său. Menționăm câteva din nenumăratele sale piese muzicale pe care le-a compus și interpretat: *À Amsterdam, Amour passant, Belle harmonie, Mon Paris, Vive la rose!...* Au fost totodată difuzate pe un ecran imagini din concerte în care a cântat în duet cu Nana Mouskouri – o piesă superbă: *Vive la rose!* –, cu Juliette Greco, Michel Lenorman...



Pentru cei care nu l-au ascultat, o întâlnire pe youtube ar putea fi o surpriză extrem de plăcută. *(Dorin Măran)*

Planetele şi corpul uman

În astrologie se ştie că planetele sunt reprezentante ale anumitor părţi din corpul nostru fizic. Legătura simbolică dintre planete şi organismele noastre se poate asemăna cu legătura noastră cu divinul. Mai mult decât atât, cunoscând care sunt zonele corpului influenţate de aceste astre ne putem folosi de puterea lor ca de un robinet dătător de energie cu scopul de a îmbunătăţi anumite funcţii ale corpului şi, de ce nu, a le vindeca. În rândurile ce urmează vă expunem un scurt rezumat al corespondenţelor astrologice pentru corpul uman.

SOARELE. Guvernează zodia Leului. Dirijează fluxul general de energie în tot corpul precum şi pe cel din jur (toată energia noastră de dincolo de corpurile fizice). Soarele este un factor decisiv pentru funcţionarea inimii, a circulaţiei, a verbalităţii şi nu în ultimul rând a capacităţii de vindecare.

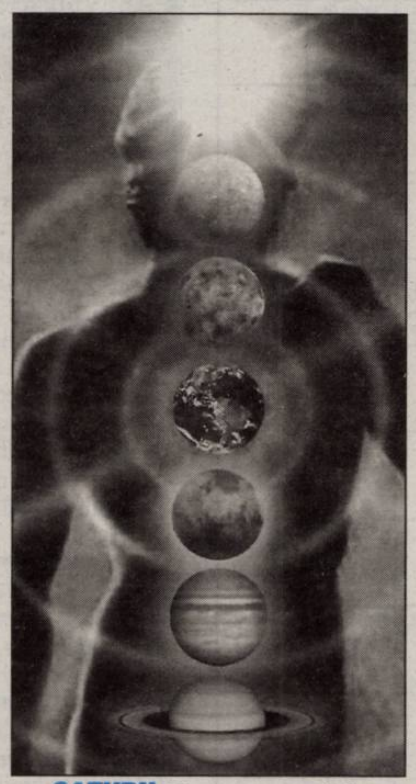
LUNA. Zodia Rac este guvernată de aceasta. Influenţează fluidele din corp în acelaşi mod în care acţionează mareele, în funcţie de orbitarea în jurul Pământului. Astrul nopţii afectează retenţia de apă în organism, circulaţia sangvină, digestia şi chiar fluidul celular care răspunde la energia acestuia.

MERCUR. Guvernează zodiile Gemeni şi Fecioară. Stăpâneşte funcţiile mentale, influenţând în mod egal ambele emisfere ale creierului uman. Această planetă dirijează claritatea intelectului, gândirea creativă precum şi exactitatea calculelor mentale. De asemenea, mai sunt influenţate funcţiile automate ale organismului (respiraţie) şi cele digestive.

VENUS. Senzuala planetă guvernează zodiile Balanţă, Taur şi în primul rând organele senzoriale. Aspectul plăcut al hranei ne influenţează, însă regulile sunt date de evoluţia ei cerească. Limba, gura, gustul, înghiţirea, saliva, percepţia tactilă, derma şi epiderma, iată cam ce are în stăpânire. Venus ajută la reglarea zahărului în sânge, producerea insulinei şi a hidraţilor de carbon din organism.

MARTE. Aşa cum mai este denumită, Planeta Roşie, ne este uşor să intuim că poate influenţa evoluţia celulelor roşii din sânge şi oxigenarea naturală în organism. Guvernează zodia Berbec. Este, de asemenea, o planetă conectată mereu la aspectele procreative ale corpului, cum ar fi funcţia organelor sexuale.

JUPITER. Fiind o planetă expansivă, influenţează creşterea fizică a organismului uman, dar ajută la eliminarea toxinelor şi a excreţiilor. Acest lucru este evident în evoluţia ficatului şi a rinichilor. Semnul Săgetător este condus ce acest astru. Putem spune că Jupiter are o energie protectoare şi facilitează creşterea în timp ce inhibă obstacolele.



SATURN. Planetă ce ne influenţează propriile structuri din organismul uman, respectiv, oasele şi puterea de stabilitate a sistemului scheletic. Joacă un rol decisiv în distribuţia calciului şi vitaminelor fortifiante, în densitatea osoasă, în sănătatea dinţilor, a cartilajelor şi a unghiilor. Zodia Capricorn este guvernată de Saturn.

URANUS. Influenţează zodia Vărsător. Guvernează sistemul nervos, atât la scară individuală, cât şi pe scara socială. Are o influenţă covârşitoare asupra funcţiei respiratorii, bronhiilor, plămânilor, diafragmei, traheei. Energia sa poate fi utilizată pentru a ajuta la ameliorarea disfuncţiilor respiratorii (bronşită, enfizem sau astm).

NEPTUN. Această planetă guvernează zodia Peşti şi influenţează funcţiile glandelor, în special ale celor endocrine, care joacă un rol important în secreţia hormonilor (tiroida, glanda hipofiză şi glandele suprarenale). Şi sistemul limfatic se pare că-i întinde o mână de ajutor.

PLUTO. Mult controversata planetă are puteri de reînnoire şi ne poate influenţa capacitatea organismului de a se regenera, de întinerire şi vindecare. Pluto are un rol decisiv în ameliorarea sau vindecarea sistemului imunitar, reglementează naşterea şi moartea la nivel celular şi este conectată la sistemul de reproducere. Guvernează zodia Scorpion.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Tunelurile lumii — artă şi grandoare ■ Roma, cea mai asediată cetate ■ Legendă lusitană ■ Împăratul şi atacul nuclear ■ Albeştii de Argeş — raiul căpşunilor ■ Două răpiri multiple OZN ■ Imaginaţie fără margini ■ Daniel Day-Lewis — aclamat atât în teatru cât şi în film

HOROSCOP
21-27 aprilie 2014

BERBEC 21.03-20.04

Ritmul alert în care sunteţi nevoiţi să vă rezolvaţi problemele vă determină să vă pierdeţi şi fărâma de răbdare care v-a mai rămas. Încercaţi să deveniţi mai organizaţi şi nu veţi scăpa de sub control situaţiile nou create. Familia se pare că vă cere şi mai multă atenţie ca până acum, deşi dumneavoastră faceţi eforturi considerabile să le satisfaceţi toate doleanţele.

TAUR 21.04-21.05

Faceţi un bilanţ amănunţit ca să vă daţi seama ce nu este în regulă cu dumneavoastră. Poate sunteţi prea neatenţi, poate v-aţi plictisit sau poate v-aţi îndrăgostit. Uneori, sentimentele devin confuze, chiar dacă este vorba de dragoste. În weekend, nu rataţi excursia propusă de partener.

GEMENI 22.05-21.06

Am putea spune că prima jumătate a săptămânii este prielnică pentru meditaţie însă nu trebuie să deveniţi prea melancolici. Se ivesc proiecte noi pe care, dacă nu sunteţi pe faţă, vi le preia concurenţa. A doua jumătate a săptămânii este favorabilă încercărilor de negociere cu superiorii dumneavoastră şi poate îi determinaţi să vă facă promisiuni certe.

RAC 22.06-21.07

Atunci când credeaţi că aţi pierdut orice speranţă se ivesc oportunităţi şi trebuie să fiţi pregătiţi pentru a le întâmpina. Mai multă atenţie amănuntelor pe care le consideraţi nesemnificative vă aduce mai aproape reuşita. Aşteptaţi de multă vreme o decizie importantă, dar pe care alţii o iau pentru dumneavoastră. Se pare că vestea vine ca o uşurare!

LEU 22.07-22.08

Zilele ce urmează nu au un start promiţător şi pe la mijlocul săptămânii sunteţi chiar irascibili şi vă confruntaţi cu câteva situaţii dificile. Care este cheia succesului dumneavoastră? Se pare că diplomaţia pe care în ultima vreme aţi cam uitat-o. Căutaţi răbdarea şi toleranţa pe care sigur le ascundeţi bine.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Şansele să combinaţi afacerile cu plăcerea nu sunt prea consistente. Încercaţi prea multe în acelaşi timp şi nu vă iese întotdeauna aşa cum doriţi. Important este să vă consolidaţi şi poziţia financiară ca să faceţi faţă cheltuielilor ce vor veni în imediata perioadă. Orice ban ce îl aveţi în plus trebuie economisit şi nu cheltuit fără remuşcare.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Recent, v-aţi făcut o listă de probleme ce vreţi să le rezolvaţi. Este bine să acţionaţi cât mai curând dacă vreţi să aveţi o imagine cât mai clară a situaţiei. Se apropie scadenţa multor proiecte pe care încă nici nu v-aţi aruncat măcar o privire. Implicaţi-vă mai mult şi veţi vedea în curând rezultatele.

SCORPION 23.10-21.11

Zilele fericite vă sunt umbrite de câteva mici discuţii cu cei dragi. Orice certuri apărute ca din senin se vor aplana doar dacă vă abţineţi de la remarcile acide. Cu siguranţă este de preferat să încheiaţi într-o notă plăcută şi într-o atmosferă lipsită de evenimente.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Din punct de vedere financiar se poate spune că aţi dat lovitura. Este o perioadă excelentă pentru a rupe o dată pentru totdeauna o legătură ce vă încetineşte progresul într-un domeniu important. Experienţa celor mai în vârstă decât dumneavoastră poate deveni extrem de utilă dacă le şi urmaţi sfaturile.

CAPRICORN 22.12-19.01

Partenerul de viaţă este mult mai romantic în aceste zile decât v-aţi obişnuit până acum. Vă cere părerea în legătură cu o problemă personală şi sunteţi dispuşi să-l ajutaţi fără prea multe ezitări. La serviciu se ivesc câteva disensiuni cu un coleg din zodia Balanţă însă găsiţi înţelepciunea unei rezolvări rapide.

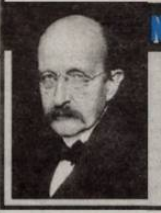
VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Ca să obţineţi rezultatele aşteptate ar fi bine să vă notaţi ideile creative care vă vin în minte. Sunteţi prinşi în prea multe proiecte şi nu prea ştiţi care sunt realele priorităţi. Începeţi să vă pregătiţi de o călătorie lungă dar încă nu v-aţi decis asupra datei de plecare.

PEŞTI 19.02-20.03

O investiţie consistentă este şi înţeleaptă dacă nu vă deposedează de toate rezervele. Cei dragi inimii dumneavoastră se dovedesc a fi extrem de utili într-o problemă legată de sănătate. Sfaturile şi asistenţa pe care sunt în măsură să vi le dea sunt utile. După ce depăşiţi problema, făceţi-le o surpriză... plăcută.

NATIVUL SĂPTĂMÂNII: Max Planck (23.04.1858-04.10.1947)



Cunoscut fizician german, a adus multe contribuţii în fizica teoretică. Faima sa a fost dobândită în urma iniţierii teoriei cuantice care a revoluţionat înţelegerea umană a proceselor atomice şi subatomice. Acest reprezentant al zodiei Taur a primit Premiul Nobel pentru Fizică în anul 1918.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon:
021 317 89 64

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA	PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	5,50 LEI	❑ 4 LUNI	22,00 LEI
❑ 2 LUNI	11,00 LEI	❑ 5 LUNI	27,50 LEI
❑ 3 LUNI	16,50 LEI	❑ 6 LUNI	33,00 LEI

(Marcaţi cu un X perioada dorită a abonamentului)

DATA DE ÎNCEPERE A ABONAMENTULUI: _____

NUME _____ PRENUME _____
ADRESA: str. _____, nr. _____,
bl. _____, sc. _____, et. _____, ap. _____, sector _____,
localitate _____, cod _____,
judeţul _____.

Abonaţi-vă la magazin

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal [pe adresa: Ionescu Simion — la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701], contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat) şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la tel. 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente trimiţând, pe adresa redacţiei (Ionescu Simion, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701), un plic cu un cec reprezentând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni).

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION — la
Prenume C.E. -MAGAZIN- S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

Biblioteca Judeţeană MUREŞ TÂRGU MUREŞ

SERIE NOUĂ - 1191 ● ANUL LVII ● 24 APRILIE 2014 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 17 (2941)

magazin

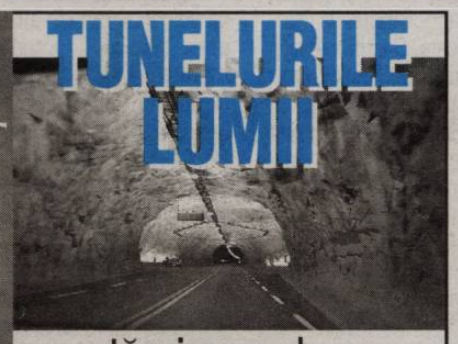
Mail: redactia@revistamagazin.ro Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

■ *A greşi e omenesc dar a persevera în greşeli e diabolic.*
Seneca

■ *Problema lumii este că proştii şi fanaticii sunt mereu siguri de ei, în vreme ce oamenii inteligenţi sunt mereu plini de îndoieli.*
Bertrand Russell

Caleidoscop



TUNELURILE LUMII

artă şi grandoare

Femina club

Lecţie de nutriţie

Excelent substitut al zahărului

Dosarele frumuseţii

Secrete pentru ochi frumoşi

Istorii uitate

ROMA
cea mai asediată cetate

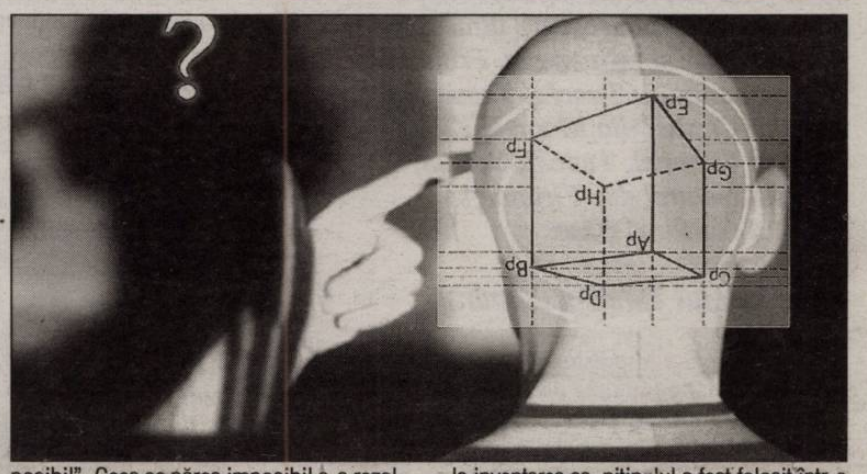
Terapii complementare

LACTATELE
„la concurenţă"
cu
FUMATUL

Reuşite ştiinţifice care ne pot schimba viaţa

Mintea iscoditoare

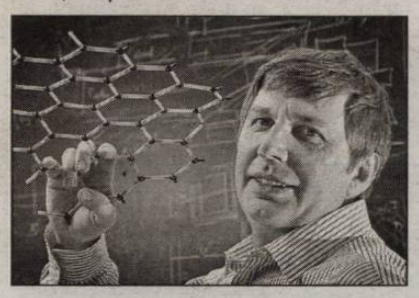
naşte idei spectaculoase!



Nu ducem lipsă de teorii, dar practica ne omoară. Ştiinţa este un teren mereu în mişcare, mereu gata să ofere soluţii pentru o lume clar în dezvoltare. Unele sunt atât de uluitoare încât puţini le înţeleg.

Grafenul este viitorul

În cazul materialelor noi cu calităţi de-a dreptul uluitoare, **grafenul** pare o descoperire epocală. A fost descoperit în anul 2004 de către un grup de cercetători britanici de la universitatea din Manchester condus de profesorul Andre Geim, care fost distins cu Premiul Nobel pentru Fizică în 2010, împreună cu colaboratorul său Konstantin Novoselov. Este cel mai bun conductor de electricitate şi de căldură de pe pământ.



Grafenul are un şir întreg de proprietăţi deosebite, care îi conferă un potenţial extraordinar, atât pentru fizica teoretică fundamentală, cât şi pentru realizarea practică a unor noi aplicaţii. Fiind format dintr-un singur strat de atomi de carbon, grafenul este cel mai subţire material existent: 3.000.000 straturi de grafen ating o grosime totală de un milimetru!

Aplicaţii ale grafenului deja realizate în practică sunt şi ele uluitoare. O grupă de cercetători de la *Georgia Institute of Technology* din Atlanta, Georgia, SUA, condusă de Elisa Riedo a reuşit să graveze conductoare electrice din grafen de numai 12 nm lăţime pe un substrat de oxid de grafen. Procedeul deschide noi şi promiţătoare posibilităţi pentru producerea circuitelor integrate la scara nanometrică. Metoda permite, de asemenea, şi cercetarea semnalelor electrice în celule vii scria revista *Science* în 2010.

Cercetători de la Massachussets Institute of Technology (MIT) şi din alte centre au descoperit că materialul are defecte intrinseci, găuri în armura sa de mărimea unui atom. În experimente s-a observat că molecule mici precum sărurile au trecut uşor prin porii unei membrane de grafen, în timp ce molecule mai mari nu au putut penetra membrana. Rezultatele, spun cercetătorii, subliniază posibilitatea unor aplicaţii promiţătoare, cum ar fi membrane care pot filtra contaminanţi microscopici din apă, sau care separă anumite tipuri de molecule din probe biologice. Grafenul deschide posibilităţi interesante şi în cercetarea fundamentală din domeniul mecanicii cuantice, care va putea fi cercetată de acum şi în laboratoare, mai ieftin, fără cheltuieli uriaşe pentru construirea acceleratoarelor de particule şi a telescoapelor actuale.

Cimentul, conductor de electricitate

Când vorbeşti despre conductori electrici, nu cimentul îţi vine imediat în minte. Şi cu toate acestea, cercetătorii de la Universiatea din Alicante au realizat un ciment care are abilitatea de a conduce atât căldura cât şi electricitatea, fără a compromite duritatea unui ciment normal. El ar putea fi folosit în viitor în locuri precum aeroporturile şi autostrăzile pentru a preveni depunerile de zăpadă şi gheaţă.

Upsalita, materialul imposibil

Această formidabilă descoperire a unor cercetători suedezi a fost rezultatul unei... gafe. Grăbiţi să plece acasă într-o seară de vineri, un grup de cercetători de la Universitatea suedeză din Uppsala a uitat în funcţiune un aparat din laborator. Când au revenit la muncă, luni dimineaţă, cercetătorii

şi-au dat seama că aparatul uitat în priză produsese un material nou care a primit numele *Upsalită*.

Este vorba despre cel mai absorbant material din lume. Ştiintific, upsalita este un carbonat de magneziu ($MgCO_3$) şi are aspectul unei pudre albe, foarte uscate. Calităţile lui sunt stupefiante: un singur gram din această substanţă poate acoperi o suprafaţă de 800 de metri pătraţi, datorită numeroşilor pori minusculi din compoziţia ei! Upsalita poate fi folosită la eliminarea umezelii în timpul fabricării medicamentelor sau chiar pentru curăţarea deversărilor masive de petrol, dar şi la fabricarea de componente electronice de ultimă generaţie, după cum scrie publicaţia britanică *The Independent*.

Savanţii au încercat să obţină carbonat de magneziu încă din 1908, însă atunci, o echipă de cercetători germani a precizat că acest lucru nu este posibil, pentru că producerea lui ar însemna un consum energetic mult prea mare. De atunci, carbonatul de magneziu a fost denumit „materialul imposibil". Ceea ce părea imposibil s-a rezolvat în 2011. „Este evident că am obţinut un material considerat până acum imposibil de creat", au recunoscut descoperitorii pentru revista *PLOS ONE*.

Nitinol, un aliaj cu memorie

Când trebuie să descrii proprietăţile unui metal, memorie şi elasticitate nu sunt cuvintele care să-ţi vină imediat în minte. Asta în caz că n-ai auzit de nitinol. Ce este nitinolul? Este un aliaj de nichel şi titaniu creat de William Buehler şi Frederick Wang în 1958. Proprietăţile lui se manifestă în două stări, austenită şi martensită. La temperaturi joase (martensită), aliajul poate fi deformat şi manipulat, dar el revine la forma lui la temperaturi mari (austenită). Această proprietate miraculoasă de a reveni la forma iniţială este cunoscută sub numele de memorie termală.

Alături de această incredibilă memorie, nitinolul are şi o extraordinară elasticitate, făcându-l extrem de folositor în cazul super-arcurilor. Superelasticitatea merge mână în mână cu memoria termală. Şi chiar dacă i-au fost aduse unele critici în cazul folosirii lui în domeniul medical, din cauza conţinutului de nichel, nitinolul se dovedeşte a fi foarte util în aplicaţii în care este implicată mişcarea şi flexibilitatea. Asta pentru că, în vreme ce majoritatea metalelor cedează în urma răsucirii continue, nitinolul s-a dovedit a fi aproape imun la rupere sub acţiunea stresului continuu. De la inventarea sa, nitinolul a fost folosit într-o mulţime de aplicaţii industriale şi tehnologice.

Injecţia cu oxigen

Se spune că David Blaine, un mare iluzionist, îşi poate ţine respiraţia un timp record de 17 minute (!), dar datorită unei injecţii cu oxigen, oricine ar putea, de acum încolo, să-şi ţină respiraţia fără să întâmpine nici o senzaţie de disconfort. Datorită unei particule de oxigen inventate la Spitalul de Copii din Boston, oamenii vor putea supravieţui până la 30 de minute fără să tragă nici o gură de aer!

Ceea ce face această particulă cu totul deosebită este faptul că este înconjurată de un material gras care permite să fie injectată cu uşurinţă în vena sangvină. După injectare şi trecerea efectului, nivelul de oxigen din sânge revine la normal în câteva secunde.

Particulele de oxigen inventate au calitatea de a nu produce embolism la injectare. În lumea medicală această invenţie are aplicaţii nesfârşite, de vreme ce particula poate salva milioane de oameni, de la cei cu deficienţe respiratorii până la cei cu probleme de respiraţie.

SUDOKU
jocul săptămânii: 17

		4		5	2			
2						4		
	3				9		2	5
	9				8		1	4
				2				
4	5		3				6	
3	6		7				8	
		7		-				6
			1	9		7		

Soluţia în numărul viitor

TV
■ TVR 1 ■ Pro TV ■ Antena 1
■ TVR 2 ■ Prima TV
■ Acasă ■ Pro Cinema

17
5 948427 000102

Biblioteca Judeţeană MUREŞ TÂRGU MUREŞ

Tunelurile lumii

artă şi grandoare

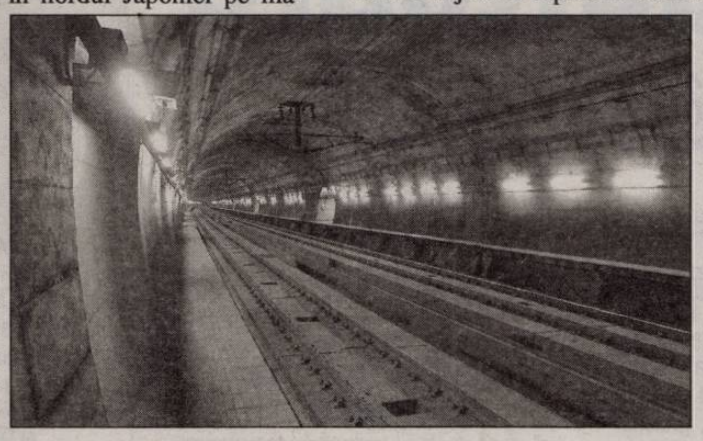
Dacă în trecut primele astfel de săpături erau mai degrabă naturale, formate din roci calcaroase, astăzi, situaţia este cu totul alta. Tunelurile au devenit adevărate legături subpământene, grandioase, care uimesc prin execuţie şi rafinament. Printre acestea amintim: Tunelul Tamisei, Tunelul Carmel din Muntele Zion, Tunelul Channel, Tunelul Seikan, Tunelul Natural din Virginia şi Tunelul Gotthard Base.

Tunelul Tamisei (Londra)

Nu este foarte impresionant, dacă ne gândim că are doar o lungime de 400 m şi se află la 20 m adâncime, însă are o mare importanţă istorică. A fost primul tunel din lume scufundat în apă, iar la săparea lui s-a folosit, în premieră mondială, scutul tunelurilor. Construirea lui care a început în anul 1825 a fost o inovaţie. În 1843 când lucrările au fost finalizate, Regina Victoria l-a proclamat pe inginerul proiectului, Marc Brunel, cavaler al coroanei pentru contribuţia sa inginerească ce avea să schimbe lumea. Pe sub Tamisa, în Londra, trec nu mai puţin de 20 de tuneluri. Catalogat la momentul respectiv, a opta minune a lumii, tunelul ce lega cele două maluri ale Tamisei, din capitala britanică, a devenit principala arteră londoneză a timpului.

Tunelul Seikan (Japonia)

Până nu cu mult timp în urmă deţinea supremaţia în ceea ce priveşte lungimea (53,85 km). Este situat în nordul Japoniei pe magistrala feroviară Shinkansen, care leagă oraşul Tokio, situat pe insula Honshu, de oraşele din cea mai nordică insulă a ţării, Hokkaido, unind astfel, cele două insule. Construcţia acestui tunel feroviar a durat 19 ani (1964-1983), însă datorită unor accidente, funcţionarea lui deplină s-a produs în 1988. Tunelul se află la 240 m sub nivelul mării şi la 100 m sub fundul mării, fiind considerat, în prezent, ca fiind la cea mai joasă adâncime din lume.



Tunelul Channel (Franţa)

Această construcţie colosală leagă feroviar Franţa de Anglia şi are o lungime de aproximativ 50 km, dintre care 38 km sunt sub apă, lucrările fiind finalizate în 1994, iar în 1996, Societatea Americană a Inginerilor Civili l-a considerat a fi una din cele şapte minuni ale lumii moderne. Săpat la adâncimea medie de 40 m sub fundul mării, tunelul este format din trei galerii: două tuneluri feroviare şi o galerie de serviciu prin care circulă vehicule speciale. Galeriile sunt luminate de 20.000 de neoane iar costul acestei grandioase lucrări a fost estimat la 16 miliarde de euro.

Tunelul Laerdal (Norvegia)

De departe, rămâne cel mai spectaculos din lume, considerat fiind cel mai lung tunel rutier, cu o lungime de 24,5 km şi leagă oraşele Laerdal şi Aurland din vestul Norvegiei. Pentru ca această frumoasă lucrare, începută în anul 1995 şi terminată cinci ani mai târziu, să poată fi realizată au fost necesare peste 5000 de explozii şi s-au cheltuit peste 125 milioane de dolari. O adevărată operă de arhitectură. Traversarea tunelului durează cam 30 de minute. O bijuterie săpată în adâncuri.

Ar fi multe de spus despre astfel de lucrări. Fie ele rutiere, feroviare, sau reţele de metrou, tunelurile lumii au fascinat dintotdeauna.

IOANA FLORIA

Pulsul Planetei

Divertisment macabru

În luna martie au fost ucişi 10 tigri în provincia Guangdong din sudul Chinei. Blana, carnea şi oasele au fost apoi vândute la preţuri ridicate. Sacrificarea şi tranşarea s-a desfăşurat într-o proprietate privată în cadrul unei petreceri (!) organizate de un om de afaceri, la care au participat şi autorităţi locale.

Poliţia, care a fost încunoştiinţată de acest eveniment, a descins, tardiv, la faţa locului descoperind doar cadavrul unui tigru. În urma anchetei a fost identificat vânătorul care a ucis tigrii şi care şi-a găsit sfârşitul, prin împuşcare, în timp ce era urmărit de poliţie.

De reţinut faptul că oasele animalului se vând cu 14.000 de yuani kilogramul (1600 euro), carnea, cu 1000 yuani (120 euro) iar blana, cu aproximativ 20.000 de euro.

Insulă crescătoare

În urmă cu mii de ani, un vulcan submarin aflat la mare adâncime, la sud de Japonia, a atins suprafaţa Oceanului Pacific formând o insulă cu un diametru de câteva sute de metri. În 1970 a erupt, depunerile de lavă şi cenuşă vulcanică mărind volumul şi suprafaţa acesteia.

În noiembrie 2013 au urmat o serie de erupţii dar în apropierea insulei, la o depărtare de aproximativ 300 de metri, care au dat naştere unei noi insule. În ianuarie 2014, a avut loc o nouă erupţie. Ca şi în primul caz, din coşurile vulcanice a ţâşnit materie, insula s-a mărit şi s-a extins încărcată de noi depuneri de lavă şi cenuşă, unificându-se cu cea dintâi, noua insulă ajungând la o lungime de 1.200 de metri.

Un fenomen entuziasmant pentru japonezi care fac frecvente „pelerinaje" în preajma „nou-născutului".

DORIN MĂRAN

Mai mult ca...

Să vorbim corect!

„Şi-a dat seama *mai mult ca niciodată că...*".

Auzim de multe ori, această expresie, din nefericire, chiar la oameni cu şcoală, din dorinţa acestora de a fi cât mai convingători. Cum se întâmplă însă de multe ori, elocinţa le joacă feste, expresia fiind pur şi simplu un non sens.

Adverbul „niciodată" însemnând, aşa cum ne arată dicţionarul, „în niciun moment", „în nicio împrejurare", „nicicând" nu admite grade de comparaţie.

Aşadar, exprimarea corectă ar fi fost „mai mult ca oricând" (mai mult decât în orice altă împrejurare). *(I.S.)*

Vin sărbătorile de Paşti!

Nu vă grăbiţi să acuzaţi în titlul articolului de faţă drept o eroare, un anacronism: chiar se apropie zilele de Paşti, deşi tocmai am petrecut... Paştile! Să explicăm aparenta absurditate: între „sărbătorile băbeşti" ale poporului român se păstrează aşa-numitul Paşte al Blajinilor sau Paştele Mic.

Ţinută în duminica imediat următoare Paştelui ortodox (mai rar, în prima luni după Paşti), sărbătoarea conservă în esenţă un substrat mitic, unii cercetători punând-o în relaţie cu un străvechi cult al morţilor. Sunt multe de spus despre cuvântul ***blajin*** – din slavul „blajeni", adică „fericit" – care se pare că e o formă alterată în timp, atât ca formă, cât şi ca semnificaţie imediată, a lui „brahman".

În tradiţia populară, blajinii (rohmani, rogmani, urici) ar fi cei dintâi oameni de pe Pământ, a treia generaţie de la Adam şi Eva. Ei trăiesc fie pe o insulă plină cu pomi fructiferi, fie dincolo de Apa Sâmbetei. În jurul anului 1200, un anume călugăr Zosima afirma că el însuşi ar fi pătruns în lumea rohmanilor, de dincolo de un pustiu imens. Viaţa acestora este întemeiată pe virtute, unul dintre motivele pentru care se spune că susţin stâlpii de sprijin ai Pământului. Calităţile lor deosebite s-au transferat însă asupra omului: a fi blajin înseamnă a fi blând, evlavios, a avea suflet bun şi îngăduitor.

Paştele Blajinilor prilejuieşte pomeni închinate morţilor, pentru că sufletele acestora sunt ajutate de pioasele semidivinităţi să parcurgă marele drum către „lumea cealaltă", depăşind toate vămile întâmpinate. Destul de neobişnuit, pomana constă numai în mâncare: colaci, cozonac, ouă vopsite – date peste morminte. În plus, la Paştele Blajinilor se aruncau pe ape curgătoare coji de ouă roşii şi fărâmituri de colăcei, pentru că numai aşa ajungeau bucatele „dincolo", ca să se poată hrăni şi blajinii, în lumea lor.

Şi mai reţinem un detaliu bizar: aceşti oameni blonzi, ce vieţuiesc goi, conform unor versiuni, într-un tărâm secret, au doar 30 de zile pe an pentru a trăi ca orice pereche normală, bărbat cu femeie. Pe de altă parte, ei îi ajută pe oameni să fie buni şi drepţi, constituind pentru aceştia un model ideal. Numai că, dacă ne uităm la lumea de azi, suntem tentaţi mai degrabă să credem că blajinii vor fi fost alungaţi din vecinătatea noastră în cine ştie ce pustiu arzător ori zăvorâţi în temniţe întunecate din măruntaiele Pământului...

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – *Preşedintă*
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ioana Floria, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

ECHIPA DE SERVICIU:
Responsabil de număr: Irina Stoica
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel./Fax: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI) Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor şef

DOREL DORIAN, ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România Fax: 021.317.89.66

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:

„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: **INTACT S.A.**

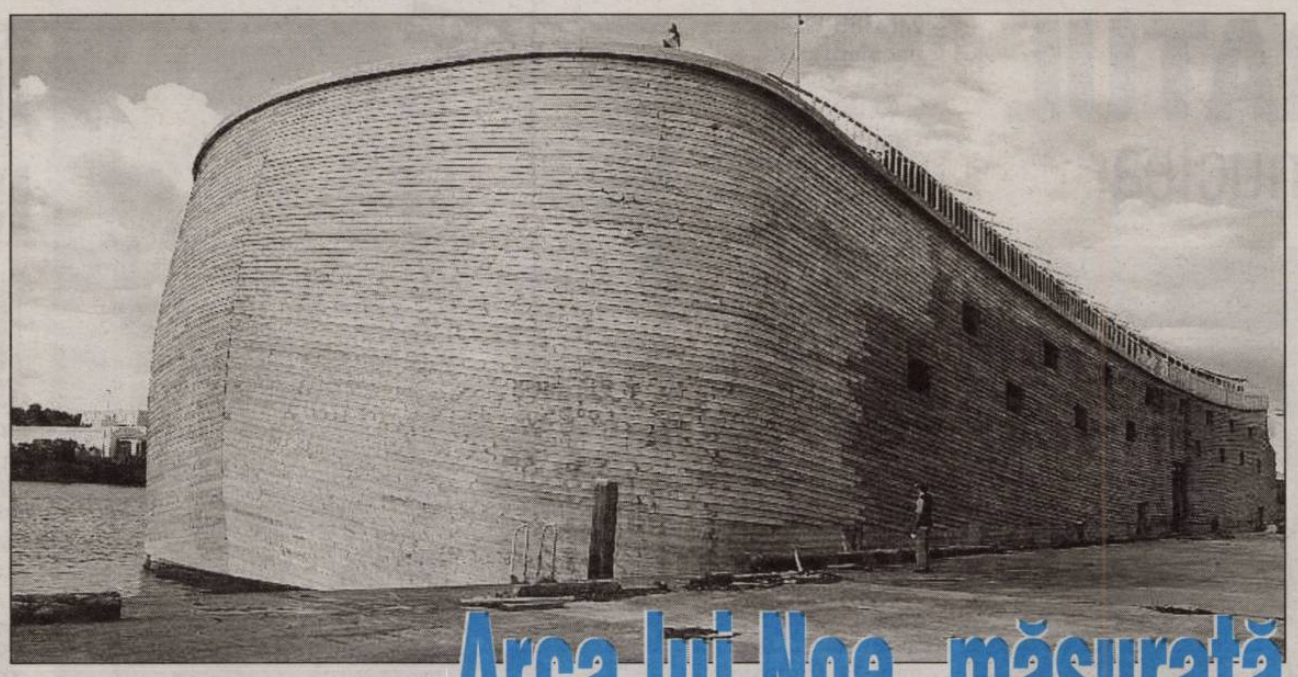
10 milioane de ani de „supremație”

Descoperirea într-o mină de cărbune din Columbia a celor mai complete vestigii – vertebre – aparținând unui șarpe, denumit megalodon, care a apărut în urmă cu aproximativ 60 de milioane de ani după dispariția dinozaurilor, a făcut posibilă reconstituirea dimensiunilor sale: aproximativ 15 metri lungime, peste un metru diametru și o greutate de aproximativ două tone. Un monstru, așadar!

Nu avea rivali pe măsură, fiind cel mai mare prădător din lume timp de 10

milioane de ani. În acea epocă, temperaturile erau mai ridicate decât cele de azi, un climat propice dezvoltării animalelor cu sânge rece, cele cu sânge cald, defavorizate, neajungând la dimensiuni mari.

Cercetătorii presupun că se hrănea în special cu aligatori și pești mari. Era o specie constrictoare, neveninoasă, asemenea șerpilor boa și pitonilor, ucigându-și prăzile încolăcindu-se în jurul lor și sufocându-le. Nu făcea risipă de efort pentru că avea o forță fenomenală, de 180.000 de kg/m^2.



Arca lui Noe, măsurată

Consemnările biblice beneficiază de credibilitate din partea Bisericii. Oamenii de știință nu consideră că toate informațiile din Biblie constituie o sursă de informații precise. Nu se știe, de pildă, dacă legendara arcă biblică a lui Noe a fost sau nu reală.

Un grup de studenți fizicieni de la Universitatea din Leicester, Marea Britanie, a încercat să reprezinte realist, pe principii fizice și logice, viabilitatea acestui eveniment biblic.

În Biblie se menționează faptul că pe Arca lui Noe au fost îmbarcate câte două exemplare din fiecare specie de animale care existau în acea vreme. Arca trebuia să aibă dimensiuni uriașe pentru a rezista unui diluviu apocaliptic.

Istoria planetei a fost marcată de mari inundații, puse în evidență în urma studiilor geologice. Nu există însă niciun indiciu clar legat de acest eveniment biblic. Consemnările biblice sunt însă deslușit definite: Noe a primit instrucțiuni legate de construcția ambarcațiunii: aceasta trebuia să măsoare 300 cubiți în lungime, 50 în lățime și 30 în înălțime (1 cubit echivala cu 48,2 centimetri). Să fie construită din lemn de „gopher” care putea fi pin, cedru sau chiparos.

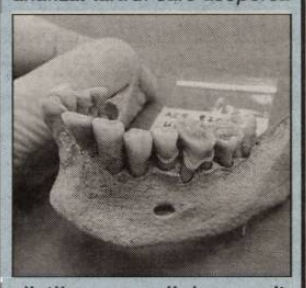
Putea pluti cu un număr impresionant de animale? După numeroase calcule, studenții au ajuns la concluzia că ambarcațiunea putea pluti, teoretic. Pe baza datelor menționate în Biblie și a celor deduse dintr-o multitudine de studii au precizat dimensiunile și masa ambarcațiunii.

Dimensiunile erau de 144,6 metri lungime, 24,1 lățime și 14,46 înălțime. Au ales pinul ca lemn de construcție și au calculat masa ipoteticei ambarcațiuni adică 1.200 tone, care putea transporta 50.540 tone, echivalentul greutății aproximative a 2,15 milioane de oi.

„Am fost surprinși de faptul că mitica Arcă a lui Noe putea transporta un număr uriaș de animale. Scopul nostru nu a fost acela de a demonstra că aceasta a existat ci doar acela de a încerca să demonstrăm că o astfel de ambarcațiune putea funcționa în condițiile respective”, a afirmat unul dintre studenți.

Tartru dentar vechi de o mie de ani

În pofida progreselor igienice, a schimbării regimului alimentar și a modului de viață, flora bacteriană care se dezvoltă în cavitatea noastră bucală este aceeași ca în urmă cu peste un mileniu. O concluzie surprinzătoare la care a ajuns o echipă de specialiști elvețieni și germani după ce aceștia au analizat tartrul care acoperea

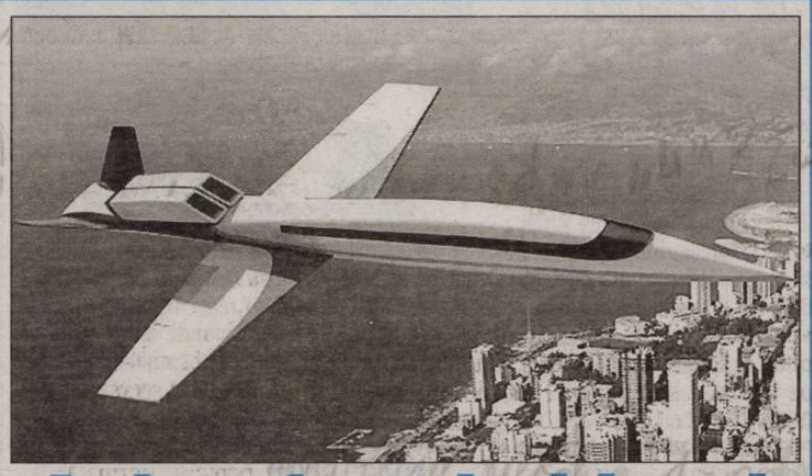


dinții unor cranii descoperite într-un depozit al unui muzeu de antropologie din Berlin. În urma analizelor au fost identificate urmele a 2000 de specii de bacterii în aceste structuri calcifiate, identice cu cele actuale. Printre ele figura și așa numitul „complex roșu”, un redutabil trio bacterian responsabil de parodontite (inflamarea țesuturilor de susținere a danturii).

„Îmbrăcăminte” cardiacă funcțională

O echipă internațională de cercetători în domeniul biomedical, al biomaterialelor și al micro informaticii a realizat, cu o imprimantă 3D, o membrană din silicon, extrem de fină, dotată cu 68 de captatori, care poate îmbrăca o inimă, fiind perfect adaptată formelor acesteia fără să-i afecteze funcțiile. Captatorii înregistrează frecvența ritmului, temperatura și activitatea metabolică a mușchiului cardiac.

Activitatea electrică este măsurată de microdiode repartizate uniform pe suprafața membranei. Testele au fost efectuate timp de 6 luni pe inimile unui lot de 12 iepuri, cu rezultate remarcabile. Cercetătorii vizează, desigur, un experiment în cazul omului, utilitatea membranei fiind legată de detectarea pericolului unui infarct miocardic sau de producerea unor șocuri electrice pentru restabilirea ritmului cardiac normal.



Avion fără hublouri

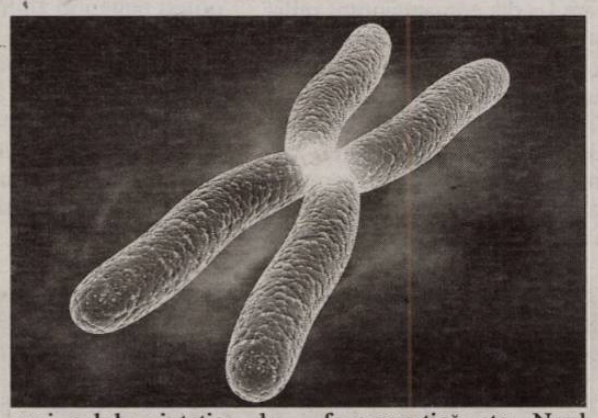
Inginerii societății americane Spike Aerospace au proiectat un avion supersonic denumit Spike S-512 care urmează să fie finalizat în 2018. Absența hublourilor, care simplifică structură aparatului de zbor, nu va prezenta nicidecum o frustrare pentru pasagerii captivați de peisajele aeriene halucinante. Dimpotrivă.

Vor putea admira exteriorul, proiectat în timp real pe două imense ecrane instalate de-o parte și de alta a interiorului, imagini filmate de minicamere de luat vederi instalate pe carlingă. Ecranele pot fi umbrite la solicitarea pasagerilor pentru a le permite să doarmă. Un alt atu al avionului îl reprezintă dotarile interioare atractive din care nu lipsesc, de pildă, fotoliile confortabile prevăzute cu mese pliante pe care se pot servi meniuri bogate. Un proiect a cărui finalizare va costa aproximativ 60 milioane dolari.

Cromozomi artificiali

În premieră mondială au fost creați, sintetic, integral, cromozomi de drojdie de bere care are 2000 de gene comune cu cele din regnul animal și vegetal, drojdia fiind formată din celule ce conțin nucleu. O realizare ai cărei autori sunt oameni de știință americani din cadrul Universității din New York. Până acum, cromozomi sintetici au fost realizați doar în cazul unor organisme simple (bacterii).

Această performanță este tributară rezultatelor obținute de acești cercetători în materie de biologie sintetică în 2010, mai ales în crearea primei celule sintetice de bacterie.



Drojdia de bere a fost mereu favorizată în acest gen de teste pentru că este utilizată pe scară largă în panificație, brasaj, în producerea biocarburanților, industria farmaceutică etc. Noul cromozom este mai rezistent decât cel natural și poate îndeplini mai multe funcții. Pe de altă parte, pot fi create mai multe variante – aproximativ 100 – care vor facilita manipulările genetice.

Baterie încărcată de „vânt”

Ar putea fi reîncărcată bateria unui telefon mobil, agitându-l? Câțiva cercetători americani de la Universitatea Arlington, Texas, au găsit soluția realizând un dispozitiv cu un diametru de 1,8 și o grosime de 0,1 milimetri, prevăzut cu micro-eoliene, aflat în dotarea telefonului.

După ce telefonul rămâne fără energie – evident, în condițiile în care nu poate fi încărcat de la o rețea electrică – este suficient să-l fluturi energic și în câteva minute va deveni activ. Prototipul testat a confirmat performanța vizată de autori.

Pagină realizată de
DORIN MĂRAN

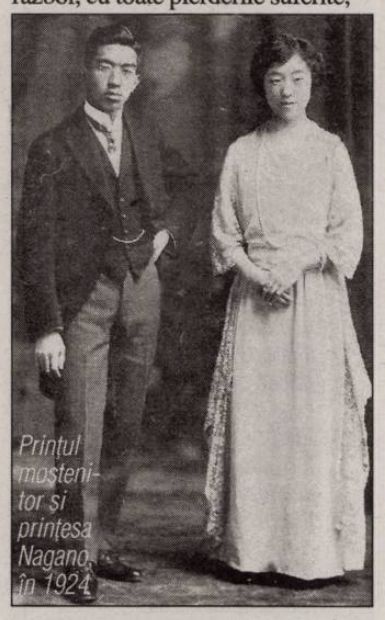
ÎMPĂRATUL
şi atacul nuclear

Japonia imperială a fost condusă timp de 63 de ani de împăratul Hirohito, din epoca Showa. El a domnit de la 25 decembrie 1926 şi până la moartea sa (la 87 de ani), la 7 ianuarie 1989. Această îndelungată perioadă cuprinde cea mai dură perioadă din istoria imperială japoneză, şi anume al Doilea Război Mondial. Până la începutul anului 1945, Hirohito a crezut în victoria ţării sale, însă în cele din urmă a acceptat capitularea. El nu a fost judecat pentru crime de război, precum alţi lideri ai „Axei" Berlin-Roma-Tokyo.

Împăratul Hirohito la 27 de ani

Bushido, codul samurailor

Militarism şi expansionism, iată caracteristicile Imperiului Japonez dinainte de al Doilea Război Mondial. Când a preluat puterea Hirohito, Japonia era deja un stat dezvoltat. Iar după război, cu toate pierderile suferite, Japonia a ajuns a doua putere economică mondială în timpul domniei sale. Desigur, biografia acestui suveran este fabuloasă, dar în acest context ne interesează doar perioada în care împăratul a fost pus în faţa unor decizii istorice pentru naţiunea sa, şi anume ultima parte a războiului.


Prinţul moştenitor şi prinţesa Nagano, în 1924

Eforturile de război ale Japoniei au fost uriaşe, împăratul acceptând doi prim-miniştri foarte activi, Kuniaki Koiso şi Kantaro Suzuki, ultimul funcţionând până la finele conflictului. „Spiritul de luptă al japonezului" nu a scăzut nici după Bătălia de la Saipan (iunie 1944), când victoria americanilor a pus prima oară la îndoială capacitatea Japoniei de a face faţă aliaţilor. Acest gând al lui Hirohito s-a concretizat prin ordinul pe care l-a dat comandanţilor militari şi anume să transmită civililor să se sinucidă dar să nu fie luaţi prizonieri. Acest gest corespundea Codului Onoarei „Bushido", al samurailor. Şi, într-adevăr, după înfrângerea de la Saipan s-au înregistrat peste o mie de sinucideri de pe „Banzai Cliff" (Stânca sinuciderii), în iulie 1944.

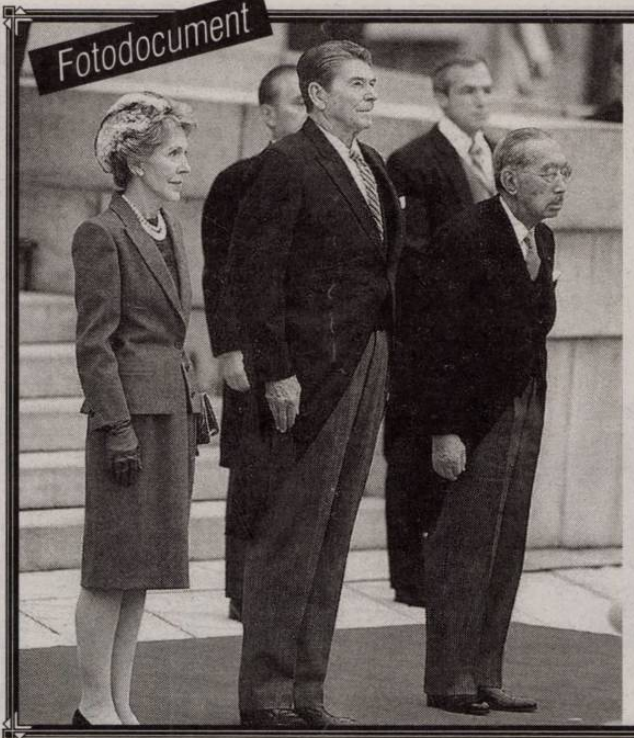
Atitudinea împăratului faţă de bomba atomică a fost clară de la început. El s-a opus planurilor „F-go" şi „Ni-go" de realizare a bombei atomice (de către flotă şi respectiv armata regulată). Cu toate acestea, eforturile nipone de profil s-au oprit abia înainte de capitulare... La finele lui 1944, victoria aliaţilor de la Leyte l-a îngrijorat profund pe împărat, care şi-a chemat consilierii („Cei şase") să evalueze situaţia militară. Unii istorici susţin că la începutul anului 1945, Hirohito ar fi putut lua o decizie care ar fi salvat zeci de mii de vieţi nevinovate, prin capitulare. Numai că unii consilieri susţineau lupta până la ultimul om şi, „Modelul celor 45 de ronini" (ronin este samuraiul fără stăpân care-şi face seppuku, căci nu mai are nici un ţel). Aliaţii i-au dat ultimatumul prin „Declaraţia de la Postdam" (26 iulie 1945) privind predarea necondiţionată. Împăratul iar a ezitat şi numai cele două bombe atomice (6 august Hiroshima şi 9 august Nagasaki), coroborat cu declaraţia de război a URSS (Stalin voia Manciuria) l-au determinat să redacteze anunţul oficial al capitulării, pe care l-a citit la radio la 15 august 1945 (prima sa prezenţă la „microfonul naţiunii").

Incidentul Kyujo

Când s-a aflat că fusese redactată capitularea, un grup de ofiţeri superiori (din ministerul de război şi Garda Imperială) au încercat o lovitură de stat, şi anume punerea sub arest la domiciliu a împăratului (în noaptea 14-15 august 1945). Însă o anume parte a Armatei Imperiale s-a opus, şi atunci rebelii s-au sinucis.

Fotodocument

ÎNTÂLNIRE ISTORICĂ



După cel de-al Doilea Război Mondial, împăratul Hirohito nu a fost judecat pentru crime de război, dar a fost nevoit să abandoneze acea teză a doctrinei shintoiste conform căreia împăratul este de „origine divină". O dată cu reconstrucţia Japoniei, Hirohito a dus o intensă politică de îmbunătăţire a imaginii ţării sale. Fotografia îl prezintă alături de preşedintele SUA Ronald Reagan (9 noiembrie 1983). Anterior, el se mai întâlnise cu regina Elizabeta a II-a (1971) şi preşedintele SUA Gerald Ford (1975). Succesorul său la tron este Akihito, din 1989.

ROMA
cea mai asediată cetate

De la legendara fondare a cetăţii Romei, în anul 753 î.Ch., această citadelă-simbol a puterii Imperiului Roman a fost asediată de mai multe ori, fiind cea mai dorită destinaţie a oricărui cuceritor. Prima tentativă de cucerire finalizată cu succes a fost cea a galilor conduşi de Brenjus, în 387 î.Ch. Pe atunci încă funcţiona Republica Romană.

Regele ostrogot Totila

Barbarii

Următoarea lovitură de graţie primită de cetatea Romei s-a desfăşurat în anul 410 d.Ch., atunci când capitala Imperiului Roman de Apus era la Ravenna (din 402). Atacatorii au fost atunci vizigoţii conduşi de regele Alaric, care poftea la capitala spirituală a lumii — aşa cum o considera sfântul Jerome. Senatul Romei, pentru a evita înfometarea şi molimelele au făcut un pact cu barbarii, acceptând toate pretenţiile lor.

În anul 546, ostrogoţii sub regele Totila au cucerit Roma (în perioada Războiului Gothic). Papa Virgilius, refugiat din timp, a trimis grâne spre Roma, dar ele au fost interceptate de trupele inamice. Acelaşi rege Totila a revenit cu gândul de a cuceri întreaga Peninsulă Italică în 549-550. În pofida eroismului cu care soldaţii romani s-au apărat, Totila a cucerit cetatea şi în cele din urmă a decis să nu distrugă edificiile importante pentru populaţie. Dimpotrivă, el s-a preocupat de reconstruirea Romei şi a fortificaţiilor ei.

Vizigoţii cuceresc Roma

Lombarzii conduşi de regele Aistuf au încercat să cucerească Roma, anul 756. Papalitatea a cerut ajutor regilor francilor şi Pepin cel Scurt a reuşit să-l alunge pe Aistuf. Iar următorul asediu al Cetăţiii Eterne urma să se producă abia după un mileniu. Atunci, în anul 1849, forţele celui de-al Doilea Imperiu Francez (condus de Napoleon al III-lea). Pe atunci, Roma aparţinea proaspăt înfiinţatei Republici Romane (9 februarie 1849) şi care s-a dizolvat la 2 iulie 1849, când forţele franceze invadatoare (venite în sprijinul Sfântului Scaun) l-au învins pe Garibaldi, care s-a retras în munţi. Cetatea Romei a revenit papalităţii, în interiorul Statelor Papale. Această situaţie va dura până la izbucnirea Războiului Franco-Prusac din 1870.

Ultimul atac şi „Risorgimento"

La 27 martie 1861 s-a format Regatul Italian sub conducerea regelui Vittorio Emanuele al II-lea. Numai că forţele noului regat nu aveau control teritorial asupra Romei, întrucât aceasta era pe atunci capitala Statelor Papale, sprijinite de Franţa lui Napoleon al III-lea. Dar acest sprijin a încetat atunci când forţele Imperiului Francez s-au retras pentru a lupta contra prusacilor, care în final vor câştiga războiul şi suveranul francez va abdica (Franţa redevenind republică în 1871). În aceste circumstanţe, regele Vittorio Emanuele al II-lea a trimis o scrisoare papei Pius al IX-lea cu o propunere de agrement între Regatul Italian şi Sfântul Scaun. Refuzul papei a determinat batalioanele regatului, conduse de generalul Raffaele Cardona, să intre în Roma, dincolo de graniţele stabilite de papalitate. Garnizoanele papale erau alcătuite din Garda Elveţiană şi voluntari veniţi din mai multe ţări predominant catolice (cărora li se spunea „zuavi"). După lupte inegale, forţele regatului au ocupat întreaga Romă, inclusiv Vaticanul (Palatul Apostolic). În acest mod, Roma şi regiunea Lazio s-au alăturat Regatului Italian, desăvârşind Renaşterea sau Risorgimento.

Papalitatea nu a recunoscut capturarea Romei din 1870, iar papa Pius al IX-lea s-a considerat „prizonier". Situaţia s-a clarificat abia prin Concordatul Lateran din 1929, când guvernul fascist italian condus de Mussolini a recunoscut Vatican City şi suveranitatea teritoriului său.

Astăzi în istorie

24 aprilie 1898

Spania declară război SUA

În condiţiile în care SUA considera că interesele sale economice în Cuba (insulă aflată sub controlul Coroanei spaniole) sunt lezate, administraţia de la Washington — în fruntea căreia se afla atunci preşedintele William McKinley (foto) — dă un ultimatum Spaniei pentru a renunţa la Cuba. Cum spaniolii nici nu au vrut să audă despre cedarea vreunui petic de pământ, Madridul declară război SUA la 24 aprilie 1898. A doua zi, Washingtonul declară război împotriva trupelor spaniole din mult dorita insulă.

Contextul mai larg al acestui conflict care a durat de la 25 aprilie până la 12 august 1898 (3 luni şi 18 zile) cuprinde şi dorinţa de independenţă a forţelor insurgente cubaneze, conduse de revoluţionarul Jose Marti (între 1868 şi 1878 se desfăşurase un Război pentru Independenţa Cubei, în urma căruia insurgenţii nu obţinuseră autonomia faţă de Spania). Pe de altă parte, pentru administraţia americană funcţiona „Doctrina Monroe", expusă de preşedintele Monroe încă din 1823 şi prin care se stipula că nici o ţară europeană nu trebuie să se amestece în interesele SUA din cele două Americi. Theodore Roosevelt, lider al flotei SUA şi viitor preşedinte, susţinea îndepărtarea spaniolilor din Cuba. Punctul culminant al tensiunilor l-a reprezentat explozia navei americane „Maine" în portul Havana, la 15 februarie 1898.

Războiul s-a desfăşurat în următoarele colonii spaniole: Cuba, Puerto Rico, Guam şi Philippine. Toate aceste teritorii au devenit protectorate ale SUA, prin Tratatul de pace de la Paris din 10 decembrie 1898. Ca ţară pierzătoare de război, Spania a acceptat toate condiţiile învingătorului şi asta a reprezentat o grea lovitură pentru Imperiul Spaniol. Pe de altă parte, deşi republică democratică, SUA se comportau ca un imperiu cu toate că populaţia americană nu-şi dorea acest „titlu". Aceasta a fost împrejurarea prin care opinia publică din SUA a început o dezbatere despre „expansionism". Multe voci arătau că imperiile europene (Marea Britanie, Franţa, Germania) se dezvoltau dominând noi teritorii din Africa, Asia şi Pacific.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Descoperiri aproape de noi

Două răpiri multiple OZN

În septembrie 2013, în Portland (Oregon, SUA) s-a organizat o nouă ediţie a unei convenţii tradiţionale intitulată „Experiencers Speak", o întâlnire menită să ofere consolare şi înţelegere celor ce spun că au suportat o răpire OZN, acelor persoane care au sentimentul că întâmplarea i-a retrogradat într-o zonă marginală şi care doresc să înţeleagă ce anume li s-a întâmplat, urmărind experienţele similare ale altora.

Faptul că mărturiile nu pot fi verificate în mod independent îi interesează mai puţin pe cei ce au apucat să creadă în realitatea acestui fenomen; pentru ei contează să afle, din prima mână, relatările unora care au trecut prin situaţii similare.

„Scopul nostru este să-i ajutăm pe cei ce au avut astfel de experienţe să se împace cu ceea ce s-a întâmplat cu ei, să-şi înfrângă temerile şi să meargă înainte cu viaţa lor", a declarat Audrey Hewins, organizatorul conferinţei şi al cărui grup de susţinere *„Starborn Support"* găzduieşte lunar întâlniri de câteva zeci de persoane pe care le ajută să facă faţă răpirii sau întâlnirii apropiate prin care au trecut.

Cu ocazia conferinţei de la Portland, între cei peste o duzină de vorbitori, au fost invitaţi şi doi bărbaţi: Chuck Foltz şi Jim Weiner, care aparent au fost răpiţi împreună de un OZN în 1976 pe valea râului Allagash din statul Maine. Reporterul Matt Byrne de la publicaţia *Portland Press Herald* le-a luat un interviu celor doi, ca şi altor persoane implicate. Spicuim mai jos din opiniile exprimate cu acest prilej.

În lumea ufologiei, „incidentul Allagash" se numără printre cele mai bine documentate din Statele Unite ale Americii. Cazul a fost subiectul unei cărţi, din 1993, intitulată *„The Allagash Abductions"* (Răpirile Allagash), a ufologului veteran Raymond E. Fowler, care considera cazul „o dovadă de netăgăduit a unei intervenţii străine" în viaţa umană. Cartea este o relatare directă a modului în care Fowler i-a întâlnit pe cei patru bărbaţi implicaţi, i-a intervievat şi i-a supus regresiei hipnotice — o formă ghidată de relaxare, care permite oamenilor să-şi recupereze amintirile pierdute sau reprimate.

Prin sesiuni independente de hipnoză, efectuate la mai mulţi ani după întâlnirea din 1976, Weiner, Foltz, fratele geamăn al lui Weiner, Jack, şi un al patrulea tovarăş, Charles Rak, au relatat fiecare versiuni uşor diferite ale aceleaişi poveşti înfricoşătoare, în care au fost utilizaţi ca subiecţi umani ai unor teste, de către nişte vizitatori misterioşi, care i-au luat în acea noapte la bordul navei lor zburătoare.

„Înainte de toate, nu avem nimic de câştigat prin această participare, cu excepţia ridicolului public", a declarat Chuck Foltz, acum de 63 de ani. Când au fost întrebaţi, în timpul interviului, despre experienţa avută, vocile lui Jim Weiner şi Foltz nu ezitau. Privirea lor a păstrat o intensitate constantă în timp ce şi-au reamintit sfera strălucitoare de lumină care plutea deasupra copacilor. Apoi un fascicul de lumină a coborât din sferă şi i-a învăluit, înainte de a-i duce în necunoscut. S-au văzut după aceasta la bordul unei nave, unde au fost sondaţi şi investigaţi de nişte fiinţele cu patru degete, cu ochii migdalaţi şi membre flasce, timp de aproximativ două ore, cum a reieşit în cele din urmă.

O excursie în timp

Dar atunci când a avut loc experienţa, grupul de patru bărbaţi nu a simţit niciun decalaj în timp. Abia mai târziu, când au văzut că un foc mare de tabără, care ar fi trebuit să ardă mai multe ore, devenise cenuşă după numai câteva minute, şi-au dat seama că a avut loc o „lacună de timp", un gol în amintirile lor, care a fost umplut doar mult mai târziu sub hipnoză.

Faptul că au rămas, statornic, fideli detaliilor poveştii lor nu a descurajat totuşi o armată de sceptici, demistificatori şi agresori verbali. Au fost numiţi nebuni — aşa cum spuneau acum — de mai multe ori decât ar putea să-şi amintească.

Jack Weiner, de 61 de ani, care suferă de scleroză multiplă şi nu se poate deplasa cu uşurinţă de la casa lui din Vermont, a declarat, într-un interviu telefonic, că experienţa sa în Allagash i-a reorientat cariera, îndepărtându-l de arte şi apropiindu-l de ştiinţa pozitivă şi de matematică. Nu-i pasă dacă oamenii cred povestea lui şi-i respinge pe cei ce spun că aşa ceva nu e posibil; îi consideră înguşti la minte şi, uneori, ignoranţi în privinţa vastităţii cunoaşterii ştiinţifice. „Ei nu au fost acolo" — spunea Jack Weiner — „Nu i-am văzut acolo. Dacă ei doresc să rămână ignoranţi, nu pot face nimic pentru a-i schimba. Dar eu ştiu altceva, din propria mea experienţă."

Rak, al patrulea membru al partidei de canoe, n-a mai fost în contact cu ceilalţi din grup de peste două decenii şi nu a putut fi localizat pentru un interviu.

Negativismul celor care nu-i cred nu-i descurajează nici pe Jim Weiner, nici pe Chuck Foltz, amândoi locuind acum în zona Boston. Ei cer alte studii şi anchete pentru a demasca ceea ce ei cred că este un efort global al guvernelor lumii menit să ascundă sistematic faţă de marele public adevărul despre existenţa inteligenţelor extraterestre.

Mulţimea celor ce neagă — spunea Jim Weiner — este un produs al unei anumite viziuni înguste asupra lumii, o viziune care nu-şi poate imagina că există extratereştri. „Ceea ce am relatat noi îi ameninţă într-un fel", a continuat Weiner, care lucrează în domeniul tehnologiei informaţiilor la Colegiul din Massachusetts pentru Artă şi Design din Boston. Fie că este vorba convingerile sociale, religioase sau ştiinţifice, a spus el, „singura modalitate prin care îşi pot menţine integritatea sinelui este să nege sau să acuze. Este mult mai uşor de spus, «Oh, este o înşelătorie», sau, «Oh, eşti nebun», sau, «eşti un escroc»".

Joe Cambria, din Wakefield, Massachussetts, care conduce Organizaţia de Investigaţii OZN din New England, ca şi o linie telefonică asociată pentru martorii care doresc să raporteze observaţii, a declarat că primeşte un flux constant de apeluri, marea majoritate — circa 90 la sută — de la farsori şi mincinoşi. „Dar, acel 10 la sută rămas este ceea ce ne interesează". Scepticismul este o cerinţă pentru orice anchetă serioasă OZN, a continuat Cambria. El este sceptic chiar privind utilizarea termenului de „răpire." „Oamenii au experienţe (interne); dar, răpiri? Ceva se întâmplă, e adevărat, şi s-a tot întâmplat de când ştim. Nu avem încă un răspuns ce anume, dar vom continua să-l studiem."

Răpire pe malul râului

Iată acum şi un caz asemănător, din Rusia. În noaptea de 11-12 septembrie 1980, trei metalurgişti, pe nume Iurov, Jujulin şi Kozlov, ca şi un miliţian de circulaţie, numit tot Kozlov, au plecat la pescuit pe malurile râului Kumak, la aproximativ 75 km de Orsk, regiunea Orenburg din Rusia. Pe la ora 22.00, în timp ce îşi pregăteau instrumentele de pescuit, au văzut, deasupra lor, un obiect, ca o stea foarte luminoasă, care a început să emită ceea ce păreau a fi „inele" circulare de lumină, similare cu valurile făcute de un obiect aruncat în apă. La origine cercul avea aproximativ o jumătate de metru în diametru, dar când aceasta a ajuns la sol diametrul său, la capătul inferior, putea să fie de 10-15 metri. Aceste cercuri de lumină au creat un fascicul de lumină de formă conică. La scurt timp după aceasta „steaua" strălucitoare a început să se îndepărteze, printr-o mişcare orizontală, dar fasciculul în formă de con de lumină a rămas pe sol timp de câteva secunde ca apoi să dispară. Martorii s-au întors la corturile lor pentru cină şi la maşina lor, gândindu-se că au văzut doar un tip special, mai aparte, de fenomen natural, sau un satelit, sau poate o lansare de rachetă de la poligonul Baikonur din Kazahstan. La ora 01.00 doi dintre martori s-au dus la culcare. Ceilalţi doi au decis să verifice plasele de pescuit pentru a vedea dacă s-a prins ceva; dintr-o dată unul dintre ei a văzut o figură umanoidă gigantică şi şi-a pierdut cunoştinţa; apoi s-a văzut într-o încăpere având o formă de sfert de cerc şi a auzit o voce care i-a spus să stea jos. S-a aşezat pe ceva care semăna cu un scaun semicircular înalt de 40 centimetri şi lat de 25-30 centimetri. Pe podea, a zărit o trapă mare. Pe peretele din stânga se vedea o uşă închisă. Tot pe partea stângă se mai vedea ceva semănând cu un soi de acoperământ, care părea să fie pus peste un fel de conducte de 60 cm în diametru. Sala avea peste 2 metri în înălţime şi pereţi ca de plastic, de culoare gri deschis. Martorul se întreba unde se află şi unde a dispărut prietenul său. Dintr-o dată l-a văzut, prin trapa din podea care s-a deschis brusc; zăcea mai jos, pe o mică platformă. Martorul s-a ridicat în picioare, aparent condus de o forţă, s-a îndreptat spre trapă şi a coborât spre prietenul său. Pe platformă, martorul a simţit în continuare ca şi cum era controlat de la distanţă. Şi-a aruncat prietenul pe sol, apoi a sărit şi el de pe platformă, aterizând pe terenul din apropiere, aproape lovindu-şi capul. Când s-a întors a văzut o lumină strălucitoare care se îndepărta foarte repede. El a început să ţipe: „Staţi, opriţi-vă, nu plecaţi!" dar lumina a dispărut în direcţia Lunii. Prietenul său Ivan era confuz, neştiind ce s-a întâmplat. În acelaşi timp, i-a văzut pe ceilalţi doi, care se apropiau ghidaţi de strigătele sale. I-au găsit pe amândoi stând într-un crater de 1,5 m în diametru şi adânc de 60 centimetri. În jur, pe terenul moale, nu se vedeau niciun fel de urme de paşi. Unul dintre bărbaţi, Mihail Jujulin îşi amintea că în timp ce dormea în maşină a fost trezit de flash-uri luminoase şi de un şuierat puternic; era deja ora 06.30. Un alt vânător aflat în apropiere îşi amintea că a văzut o lumină ca o stea care emitea un fascicul de lumină spre pământ. Concluzia a fost că cei doi bărbaţi au fost aparent răpiţi la bordul unui OZN.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Grădinile Versailles
o falie în timp?

O adevărată „delicatesă" a literaturii fantastice (în science-fiction deja a devenit un loc comun), tema călătoriei în timp sau, şi mai incitant, cea a faliei în timp nu pare deloc o fantasmagorie numai bună de ironizat ori pur şi simplu de neluat în seamă.

Există numeroase mărturii, unele dintre ele aparţinând unor persoane onorabile, cu notorietate de necontestat, potrivit cărora în momente şi în locuri imposibil de definit se pot face treceri bruşte în alte epoci decât cea prezentă. Fără niciun semn prealabil sau avertizare, pentru protagonist totul în jur devine *altfel*, în sensul că peisajul, clădirile, drumurile şi toate celelelte elemente ce constituie cadrul în care se află acesta evocă altă epocă, de regulă din trecut. Mai mult decât atât, pot apărea şi persoane cu care se poate relaţiona, dar care sunt cel puţin la fel de uluite ca şi călătorul în timp.

Un asemenea caz, de mare răsunet la vremea respectivă, dar şi ulterior, s-a petrecut în Parisul începutului veacului trecut, în celebrele grădini regale de la Versailles. În acea zi de 10 august 1901, grădinile străluceau în toată splendoarea lor. După-amiaza era caldă, iar florile, cu miile lor de culori, emanau un parfum îmbătător. Cu toate acestea, două englezoaice, care vizitau pentru prima dată castelul, erau de-a dreptul înspăimântate. Şi nu vorbim despre nişte tinere oarecare. Domnişoara Anne Moberly, directoarea secţiunii feminine a Universităţii Oxford, de-abia sosise la Paris, pentru a petrece câteva zile în compania domnişoarei Eleanor Jourdain, viitoarea ei adjunctă. Hoinărind prin grădinile de la Versailles, se hotărăsc să viziteze Palatul Micul Trianon, fosta reşedinţă a nefericitei regine Maria Antoaneta, dar curând îşi dau seama că s-au rătăcit, neatente fiind şi absorbite de conversaţia lor.

„Aveam impresia că merg în somn, ceea ce-mi dădea o senzaţie foarte neplăcută.", va scrie ulterior domnişoara Jourdain. Şi tovarăşa ei a avut aceeaşi senzaţie ciudată, dar niciuna dintre ele nu s-a destăinuit celeilalte. Li se părea bizar faptul că în plin sezon, în faimoasele grădini se aflau atât de puţini vizitatori. Ele întâlnesc totuşi doi bărbaţi, care stăteau în picioare lângă o roabă, motiv pentru care îi iau drept grădinari, cu toate că pe cap purtau tricorn şi erau îmbrăcaţi cu neobişnuite mantale lungi. Mergând tot înainte, femeile au ajuns la un chioşc adăpostit sub o boltă de verdeaţă, în care se afla un om cu un aer sinistru, purtând o capă şi o pălărie neobişnuit de mari, fapt ce le transmite o stare de puternică nelinişte celor două vizitatoare. Îndepărtându-se de chioşc, un alt personaj, de asemenea, deosebit de demodat şi straniu, le-a indicat drumul. În sfârşit, printre arbori apare Micul Trianon. Lângă clădire, pe peluză, domnişoara Moberly remarcă o femeie care picta şi care le fixează cu insistenţă, fapt ce o irită foarte tare. Cele două intră în castel. Imediat, spaima le trece, mai ales că aici întâlnesc şi o mulţime ce participa la o nuntă!

Trecuse deja o săptămână de la strania întâmplare trăită de cele două englezoaice. Într-o zi, domnişoara Moberloy a încercat să relateze într-o scrisoare despre vizita de la Versailles, însă a fost cuprinsă de aceaşi spaimă de atunci. Spaima sa este atât de mare, încât se simte obligată să o întrebe pe prietena sa dacă şi ea crede că Micul Trianon este bântuit de fantome.

Domnisoara Jourdain îi confirmă părerea. Apoi, schimbând între ele impresii asupra acestei adevărate aventuri, ajung la concluzia că de fapt li se întâmplase ceva absolut extraordinar. Dar mai intervine un amănunt şocant pentru ele: atunci când face referire la femeia care picta şi care o privise cu atâta insistenţă, domnişoara Moberly rămâne uimită, aflând că tovarăşa ei nu o văzuse.

Intrigate de tot ce li se întâmplase în decursul respectivei plimbări, ele se hotărăsc să clarifice enigma. Întoarse în Anglia, ele află că la Paris, în 10 august 1792 (vizita lor la Versailles avusese loc tot într-o zi de 10 august, aşa cum arătam mai sus), Maria Antoaneta şi soţul său, Ludovic al XVI-lea, fuseseră reţinuţi într-o încăpere toată ziua, în aşteptarea judecării lor. Domnişoara Moberly a rămas însă convinsă că spiritul Mariei Antoaneta, umilită şi foarte agitată din cauza fricii, a revenit la ultimele momente de bucurie pe care le trăise la Versailles, înaintea Revoluţiei. După părerea domnişoarei Moberly, amintirile reginei despre acele clipe erau atât de puternice, încât „anumite impresii" erau vizualizate în locurile respective. După doi ani, domnişoarele Moberly şi Jourdain au revenit în grădinile Versailles, dar nici acestea, nici construcţiile nu corespundeau amintirilor lor. Probabil, pentru că ele existaseră de fapt înainte cu mai bine de un veac...

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Dosarele frumuseții

Secrete pentru ochi frumoși

Cearcănele accentuate, ridurile de la colțul ochilor, pungile de sub ochi și pleoapele umflate, toate dau o notă de tristețe și îmbătrânesc chipul. Cu o îngrijire atentă puteți câpăta mai multă prospețime și un plus de tinerețe.

◆ Oricât de obosită ați fi, nu uitați niciodată să vă demachiați. Zona ochilor cere atenție specială pentru că urmele de mascara sau dermatograf pot provoca iritații. Folosiți demachiantul pentru ten, dacă este menționat că poate fi utilizat și pentru ochi, sau, în caz contrar, folosiți un demachiant special creat pentru zona sensibilă a ochilor.

◆ Fiind mai sensibilă și mai uscată, zona ochilor are nevoie de hidratare delicată. Se recomandă să folosiți în fiecare dimineață un gel reconfortant, care să împrospăteze și să dezumfle pungile. Un gel tip roll-on revigorează imediat ochii obosiți și stimulează microcirculația, prin masajul ușor pe care îl oferă biluțele răcoritoare în momentul aplicării produsului. Folosiți, de asemenea, un gel împotriva îmbătrânirii, pe bază de ingrediente naturale.

◆ Iată și câteva remedii naturale la care puteți apela cu ușurință. Înmuiați două comprese în ceai verde, lăsați-le 15 minute la frigider apoi aplicați-le pe pleoape pentru câteva minute. (În locul compreselor puteți folosi chiar două pliculețe de ceai umidificate, apoi răcite la frigider.)

Când vă simțiți ochii obosiți și umflați, masați-i cu un cub de gheață. Același efect are și laptele rece. Înmuiați două dischete demachiante în lapte și aplicați-le pentru câteva minute pe ochi.

Infuzia de albăstrele este un calmant natural al ochilor obosiți, având efect descongestionant și antiinflamator. Se aplică pe pleoape comprese cu infuzie și se lasă 15 minute. Pentru a avea rezultate evidente se repetă de 2-3 ori pe săptămână.

◆ Și un machiaj bine realizat poate lumina privirea. Pentru a ascunde oboseala se folosește anticearcăn cu un ton mai deschis decât fondul de ten. Pentru efect de lifting se trasează la baza genelor de pe pleoapa superioară o linie difuză de creion dermatograf negru sau maro, apoi se pudrează fin pleoapa și se folosește mascara din belșug. La final, se adaugă un fard iluminator pe arcadă și pe colțul intern al ochilor pentru un plus de luminozitate.

Indiscreții... Indiscreții

Față în față cu... Lupo

Înainte de a pleca împreună cu părinții săi într-o vizită oficială în Australia și Noua Zeelandă, prințul George de Cambridge, în vârstă de 8 luni, a oferit gazetarilor ocazia unei fotografii de familie. Prima după cea de la botez. Așezat confortabil în brațele mamei, George face un foarte prietenos schimb de priviri cu prietenul său patruped, Lupo.

Balul trandafirului, la Monaco

De această dată, „regina" tradiționalului Bal al trandafirului care se desfășoară la Monaco în fiecare primăvară, a fost Charlotte, fiica prințesei Caroline.

Tânăra mămică, îmbrăcată în rochie argintie Chanel, a pus de-o parte biberoanele pentru a participa la celebrul bal. A fost prima apariție oficială după ce a născut în decembrie 2013. O apariție senzațională, apreciată de cei 800 de invitați, printre care era și actorul Guillaume Gallienne cu soția. Punerea în scenă a aparținut lui Karl Lagerfeld.

Mărturisire

„Înainte îmi plăcea să fiu singură, mărturisește Angelina Jolie, mamă a șase copii. Astăzi copiii mei vin să mă vadă chiar și în baie"...

Lecție de nutriție

Excelent substitut al zahărului

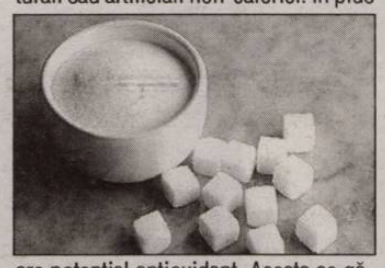
Despre gustul dulce se afirmă că este impregnat în genele noastre ancestrale ca un gust căruia cu greu îi rezistăm.

La ora actuală problema este că nu îl mai luăm exclusiv din fructe, precum strămoșii noștri, pentru că s-a inventat „drogul" mileniului — zahărul. Acesta îngrașă, poate duce la diabet și la alte probleme de sănătate.

Cercetătorii caută de mult un înlocuitor sănătos, care să nu dea cancer sau alte probleme mari, așa cum o fac zaharina și aspartamul.

Zahărul, în special cel alb, este o mare problemă nutrițională. Multe calorii, și aproape zero altceva. De mult se caută un înlocuitor. Ei bine, spune dr. Cristian Panaite, nutriționist, acest îndulcitor miraculos, fără calorii a fost descoperit! Și ca și cum nu ar fi fost de ajuns, se pare că are și efecte benefice antioxidante!

Eritritolul pare să nu aibă efectele adverse asociate cu alți îndulcitori naturali sau artificiali non-calorici. În plus



are potențial antioxidant. Acesta se găsește în mod natural în pere și struguri, dar la nivel industrial este extras din porumb și drojdie de bere.

Se aseamănă cu zahărul la consistență și gust, dar are o valoare calorică aproape de zero. Nu produce carii, nu a fost asociat cu fibromialgie, naștere prematură, dureri de cap, hipertensiune arterială, tulburări ale creierului și afecțiuni ale trombocitelor, așa cum s-a demonstrat în privința aspartamului în mai multe studii recente.

De asemenea este un antioxidant protector și bine tolerat. Mai mult, eritritolul este un dulce antioxidant, conform unor cercetări care au demonstrat efectul protector al concentrațiilor crescânde de eritritol asupra oxidanților ce distrug globulele roșii.

Conform unui alt studiu brazilian eritritolul este bine tolerat și nu prezintă semne de toxicitate. Se găsește acum și în România, în magazinele online. Prețul însă nu este chiar prietenos.

Iată, așadar, că în sfârșit cercetătorii au identificat un excelent substitut al zahărului, util atât celor ce suferă de diabet, cât și celor interesați să elimine efectele neplăcute ale consumului de zahăr din viața lor.

E bine de știut

Să vorbim despre periartrită

Sunteți o persoană activă, dar medicul vă recomandă fizioterapie, chiar și mișcare. Aveți umărul „înțepenit", orice mișcare a brațului, a omoplatului, este un chin. Durerile sunt mari. Se instalează impotența funcțională, prin reduare a umărului, a articulației scapulo-humerală și a omoplatului. Sunt inflamate tendoanele și se fac bursite. Astfel, periartrita se instalează.

Tratamentul este complex. Întâi ortopedic, prin punerea în repaus a articulației, a umărului, a brațului. Se ține brațul într-o eșarfă trecută în așa fel încât să cuprindă brațul, antebrațul, mâna. Umărul este în repaus.

Pentru umărul dureros, cu artrită ușoară, se cer câteva zile de odihnă, în care timp, pacientul face mișcări simple și ulterior mișcări ample, recuperatorii și băi cu sare, unguente, punem chiar și o frunză de varză pe umăr. În cazul umărului dureros acut, se dau antiinflamatoare sub formă de unguent. Dacă suportați, o aspirină tamponată, analgezice administrate cu măsură, pentru a nu ascunde sediul, locul și felul cum se propagă durerea.

Durerile sunt cu iradiere către condilii humerali, către ceafă, cu blocare și reduare de ceafă. Se poate pune o pernă specială în jurul gâtului, ca să puteți să vă rezemați capul.

Durerea amputată merge către humerus, dar poate iradia spre ultimele 2 degete. Când se asociază cu angina pectorală și cu durerea cardiacă, când sunt dureri ce merg spre degetele 4-5 ne gândim și la inimă. Când sunt flectate degetele, uneori cu reduare, avem umărul înțepenit și bursite, ne gândim și la un trombus chiar pe fondul periartritei scapulo-humerale. Pe loc se aplică o pungă cu gheață. Dacă persistă durerea se fac ședințe de fizioterapie, se fac băi galvanice, polul pozitiv îl punem la locul unde durerea este vie în punct fix. Intensitatea va fi de 10-15 mAmperi. Ședința durează 15 minute și se face zilnic. După o serie de 14 ședințe sperăm să deblocăm umărul și durerea să dispară.

Dacă însă avem o anchiloză fibroasă periarticulară cu umărul blocat, vom pune polul negativ pe mușchiul antagonist, astfel ca după 10 minute, la 5-10 mAmperi umărul să se decontractureze. Repetăm până la o totală deblocare a umărului. Se mai fac și ultrasunete, 10 ședințe a 5 minute, pentru cei care au crize și de reumatism degenerativ, ce cuprind, pe cale de consecință, artroze, poliartroze, chiar spondiloze cu formare de ciocuri. Sunt utile și ceaiurile. Vom face o infuzie cu 2 linguriță muguri de pin, peste care turnăm cam 400 ml de apă fiartă. Se acoperă, se lasă la infuzat, se strecoară și se beau 4-5 căni pe zi.

Poate nu suportăm infuziile și atunci facem un decoct din 150 g muguri de pin la 2 litri de apă. Strecurăm, turnăm în cada de baie și repetăm timp de 21 zile, cât durează o cură.

Un alt decoct îl obținem din rădăcină de boz (200 g la 5 litri de apă). Facem timp de 21 de zile, o baie pe zi.

Dacă aveți spondiloză, formulele de decoct vă sunt folositoare. În caz de febră, când se cere să transpire puternic bolnavul, se face un ceai de soc, 2 linguriță de frunze, turnăm apă fiartă, se strecoară, se beau 3 ceaiuri pe zi. Este un sudorific.

Ce ați spune de infuzia de sulfină? Se face din trei linguri de plantă, tijă. Se toarnă apă fiartă, se strecoară, se bea o cană dimineața și una seara.

Poate vă hotărâți pentru o infuzie de nuc: o linguriță de frunze la 200 ml apă, se strecoară, se bea de 2 ori pe zi.

Dacă vreți să faceți un decoct pentru baie, alegem 100 g de frunze și le fierbem în 4 litri de apă timp de 15 minute. Se strecoară, se toarnă călduț în cada de baie, la temperatura de 37°C. Se recomandă o serie de 3 săptămâni, o dată, de 2 ori pe zi, ca uz extern.

Dar sunt și cataplasme, cum ar fi cea cu făină de mușstar negru. Punem într-un săculeț 250 g de făină de mușstar, se lasă în cadă, la 37° C, timp de 20 de minute sau cât facem baie dar, nu mai puțin de 20 minute.

Din 200 g făină de mușstar negru amestecată cu apă caldă potrivită, se face o pastă, caldă se pune într-un săculeț, apoi pe locul dureros. Acoperim cu ceva de bumbac, care ține cald. Se face o dată pe zi.

Tot în cazul reumatismului se adună frunze de coacăz negru, la fel frunze de frasin, de nuc, cât cuprindem în pumn, la 10 litri apă fiartă, se dă un clocot, se lasă 10 minute. Strecurăm lichidul, frunzele se pun într-un săculeț și pe locul dureros, iar apa în cadă. Se fac 21 băi, timp de 21 de zile. Remediile naturii sunt la îndemâna dumneavoastră.

Dr. VALERIU MANTA

Gastronomice

Supă de pui cu lămâie

1 pui, 2 morcovi, 1 fir praz, 2 tulpini țelină, o rădăcină pătrunjel, 6 frunze de salată verde, 50 g orez, piper măcinat, 1 vârf de cuțit praf ardei iute, 2 ouă, zeama de la o lămâie, o legătură pătrunjel verde, 2-3 foi de dafin, sare.

Se spală puiul, se curăță grăsimea și se pune pe foc într-o oală în care adăugăm o linguriță de sare, foile de dafin și 1,5 litru apă. Când începe să clocotească apa, se alege spuma, se acoperă oala cu un capac și se lasă să fiarbă 45 de minute la foc mic. Se scoate puiul din zeamă, se lasă să se răcească, se desface carnea de pe oase și se taie bucăți potrivite. Se curăță zarzavatul și se taie cubulețe. Salata se taie fâșii mai late. Se pune zeama pe foc și, când dă în clocot, se pune orezul și se lasă 10 minute să fiarbă. Apoi se adaugă legume și salata verde, care se fierb și ele încă 10 minute. Se pune carnea în supă, se dă iar într-un clocot, se condimentează cu sare, piper și ardei iute, se drege cu ouăle bătute cu zeama de lămâie și, la sfârșit, se pune pătrunjelul verde tocat mărunt.

Ceapă roșie umplută

4 cepe roșii mari, frunze de salvie, 40 g jambon, 30 g miez pâine, o lingură smântână, 25 g caşcaval ras, o linguriță vermut alb sec, o linguriță ulei de măsline, nucșoară, sare, piper.

Se fierb în aburi cepele întregi, necurățate de coajă, aproximativ 25 de minute. Se unge o tavă cu ulei. Se taie cepele cam la 2/3 din înălțimea lor, iar căpăcelele se pun de-o parte și se scobesc până la o grosime de aproximativ 0,5 cm. Jumătate din miezul de ceapă se taie mărunt, împreună cu jambonul și se amestecă bine cu smântâna, miezul de pâine fărâmițat, vermutul și salvia tăiată fâșii. Se adaugă sare, piper și nucșoară rasă. Umplutura astfel preparată se introduce în cepe și se pun la loc căpăcelele. Se așază cepele în tavă, se toarnă peste ele trei linguri cu apă, se acoperă cu folie de aluminiu, se bagă la cuptor și se lasă 15 minute.

Macaroane gratinate

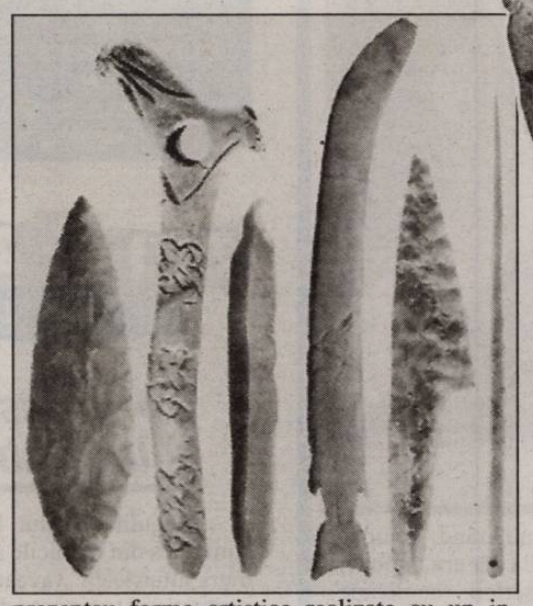
500 g macaroane, 200 g caşcaval ras, 300 ml lapte, 250 ml frișcă nebătută, 20 g unt, 1 vârf de cuțit nucșoară rasă, sare, piper.

Se pune la fiert apă cu sare, iar când dă în clocot, se pun macaroanele și se fierb al dente. Separat, într-o cratiță se fierbe laptele și frișca după care se toarnă amestecul într-un castron. Se condimentează cu sare, piper și nucșoară. Când sunt fierte spaghetele, se scurg și se răstoarnă în castron iar deasupra se pune 150 g caşcaval ras și se amestecă bine totul. Se unge o formă de budincă, se pun macaroanele cu sos, se acoperă cu restul de caşcaval și se bagă la cuptor. Se lasă aproximativ 20 de minute, până când compoziția se rumenește frumos.

Pagina realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Inventatorii preistorici

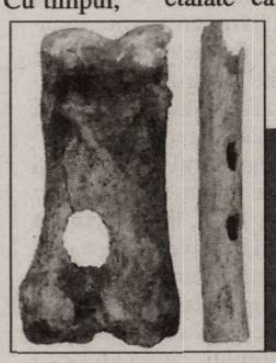
Analizele craniilor ancestrale descoperite în diverse situri ale lumii şi a ADN-ului nu au oferit cercetătorilor informaţii legate de gradul de inteligenţă a strămoşilor noştri. Din fericire s-au păstrat nenumărate obiecte confecţionate de aceştia, gravuri sau picturi rupestre care vorbesc deslușit despre capacitatea lor, incredibilă, de a le concepe şi realiza. Cele dintâi mărturii edificatoare legate de gândirea şi abilităţile lor le-au oferit obiectele tăiate din piatră şi lemn sau ustensilele ascuţite din silex şi os.



În Europa, Asia şi Africa, majoritatea oamenilor preistorici erau capabili să prelucreze pietre cioplindu-le cu o altă piatră pentru a obţine ustensile simple dar eficace. Cu timpul, acestea şi-au diversificat formele, au devenit tot mai sofisticate.

Primele obiecte tăioase au apărut în Africa în urmă cu 2,6 milioane de ani, iar primele „cuţite suedeze", cu două tăişuri şi vârf ascuţit, cu un milion de ani mai târziu.

În Paleoliticul Superior (între anii 35.000 şi 5000 î.Ch.), strămoşii noştri europeni au ajuns la un grad înalt de prelucrare a materialelor, care, dincolo de funcţia utilitară prezentau forme artistice realizate cu un incredibil rafinament. Unele dintre ele aveau şi un rol simbolic. În imaginea de mai sus sunt etalate câteva eşantioane realizate cu mare finețe: un obiect de piatră în formă de frunză, cu nervuri, care avea un rol simbolic, un baston prevăzut cu un orificiu în partea superioară, un „burghiu", o spatulă şi un obiect în formă de cuţit, folosit pentru tranşarea cărnii şi un ac cu ureche.



Cel mai vechi instrument din lume, descoperit într-o peşteră din Germania, a fost realizat în urmă cu 35.000 de ani. Este vorba despre un fluier din fildeş (şi nu din lemn!). Au fost apoi folosite şi oase (tibii, coarne, falange) ramuri de copac...

Jarul, un atu redutabil

Cele mai vechi peşteri descoperite în care a fost atestată utilizarea focului se situează în urmă cu 1,5 milioane de ani (în Africa). Focul nu a fost utilizat doar pentru încălzire, pentru a face lumină şi pentru a frige carnea ci şi, în mod controlat, în urmă cu aproximativ 200.000 de ani.

O mărturie în acest sens o reprezintă lămpile din piatră sau gresie, cele mai vechi fiind descoperite în Europa, în concavitatea cărora ardeau grăsimi de animale în care era introdus un fitil vegetal.

Lămpile au jucat, deopotrivă, un rol important în timpul realizărilor picturilor pe pereţii peşterilor dar şi pentru a crea anumite efecte prin arderea unor zone din ansamblul artistic.

Roşu şi negru

Primele urme de pigmenţi au fost descoperite într-un sit din Africa de est, având o vechime de 1,5 milioane de ani. Cel mai vechi, de culoare roşie, a fost obţinut în urma frecării unor fragmente de bazalt, praful obţinut fiind încălzit la temperaturi înalte şi amestecat cu sevă vegetală. După un milion de ani, această practică s-a răspândit pe întregul continent african, apoi pe teritoriul Indiei şi în Europa.

În urmă cu peste 150.000 de ani au fost realizate ustensile de măcinat roca, asigurându-se o producţie sistematică a prafului. A fost folosit în mari cantităţi pentru zugrăvirea mormintelor, în special în Europa.

În urmă cu 70.000 de ani a fost inventat pigmentul negru mineral obţinut din oxizi de fier şi manganeziu. În picturile policrome rupestre a fost utilizat pentru prima oară în urmă cu 36.000 de ani în peştera Chauvet din Ardeche, Franţa.

DORIN MĂRAN

Drumeţii şi popasuri

Albeştii de Argeş
raiul căpşunilor

Dacă aţi mers în călătoriile dumneavoastră spre Barajul Vidraru (Piteşti – Curtea de Argeş – Albeştii de Argeş – Barajul Vidraru), cu siguranţă aţi trecut şi prin acest frumos sat, aflat la doar 6 km nord de Curtea de Argeş, pe cursul superior al râului Argeş, apă ce străbate localitatea, de la nord la sud.

Aflată într-o zonă de deal, acest detaliu îi conferă condiţii prielnice de dezvoltare a pomiculturii, astfel că veţi vedea, primăvara, puzderie de ramuri înflorite iar toamna, roadele care apleacă crengile până la pământ. Oamenii sunt blânzi, harnici şi primitori. Şi-au construit case noi, şi-au pregătit odăile pentru a-şi primi oaspeţii şi muncesc pentru a se bucura de osteneala lor. Viaţa şi activitatea oamenilor de pe aceste meleaguri a fost strâns influenţată şi legată de municipiul Curtea de Argeş, dar şi a înfiinţării Mitropoliei ţării Româneşti de către voievodul Nicolae Alexandru, la 1359.

În componenţa comunei intră mai multe sate: Ungureni, Pământeni, Dobrotu, Doblea, Brăteşti, Dumitreşti şi Florieni. Actul care menţionează numele satelor ce fac parte din componenţa comunei, datează de la 1523 şi a fost emis de Curtea Domnească din Târgovişte, de către Radu de la Afumaţi. Recunoscută nu numai pentru pomicultură, dar şi pentru culturile de căpşuni, *Albeştii de Argeş,* îşi trăieşte „tinereţea" printre dealurile împodobite cu meri, pruni şi alţi pomi fructiferi. Opriţi-vă pentru un popas liniştit în această localitate, aşezaţi-vă într-o poiană sau la Crucea ridicată din piatră, intraţi pentru a vă închina în Biserica „Sf. Ioan Botezătorul", construită la 1735 şi, după o astfel de zi, petrecută departe de zbuciumul oraşelor, de claxoanele maşinilor şi de aglomeraţia transportului în comun, fiţi siguri că veţi aprecia, cum se cuvine, acest colţ de rai.

La *Albeştii de Argeş* viaţa trece ca o apă limpede şi liniştită. Doar ici colo, câte o piatră, dă avânt, vreunui val ce loveşte malul. Argeşul curge şi purifică aerul, iar turiştii se minunează de frumuseţile neasemuite pe care le găsesc aici.

IOANA FLORIA

Amprente ale spiritualităţii

Schitul Zimbru

Aflat în satul Bursucani, comuna Bălăbăneşti, judeţul Galaţi, schitul Zimbru este închinat Sfântului Mare Mucenic Gheorghe. A fost ctitorit în 1793 de ieromonahii Ioasaf şi Aloman, veniţi de la Mănăstirea Râşca, judeţul Suceava, fiind ajutaţi de familiile Cernat, Plesnilă şi Iamandi.

Locaşul s-a numit de la început „Zimbru" pentru că era înconjurat de păduri cu o floră şi o faună incredibil de bogate, elemente care au dispărut din peisajul actual. Iniţial a fost mănăstire de maici, care însă, în 1864, după secularizare, au fost mutate la Mănăstirea Adam. Câteva călugăriţe printre care monahiile Epraxia Iamandi şi Agripina Cernat rămân însă pe loc. Cele mai multe dintre obiectele de valoare ale schitului sunt vândute la licitaţie şi în 1866, autorităţile hotărăsc înfiinţarea unei şcoli primare pentru copiii din sat. Biserica schitului devine biserică de parohie, în care se ţin însă slujbe numai odată pe an, în ziua de hram.

În 1939 locaşul este preluat de satul Zimbru ca biserică parohială obişnuită, dar cutremurul din noiembrie 1940 transformă totul în ruină. Vatra monahală este reînfiinţată în anul 2008 de Episcopia Dunării de Jos. Schitul, o construcţie de lemn, funcţionează ca metoc al Mănăstirii Adam. Pe lângă vechiul hram a primit şi un al doilea, Sfântul Rafael de la Agapia.

Acest lucru se datorează faptului că în satul Bursucani s-a născut în 1560 Sfântul Rafael de la Agapia Veche, canonizat recent de Biserica Ortodoxă din ţara noastră fiind prăznuit pe 21 iulie.

Noua biserică de lemn, pe o fundaţie de beton, are dimensiuni reduse: o lungime de 10 metri, o lăţime de 5 metri. Tot ceea ce mai rămăsese din vechea biserică a fost distrus complet în anii 1959, când autorităţile de atunci au intrat cu buldozerele în cimitirul schitului şi peste clopotniţă. Oameni cu suflet au salvat însă clopotele şi crucea unei maici, Magdalena, pe care vreme de jumătate de veac le-au ţinut ascunse în propriile grădini.

Noul schit din bârne are pereţii perforaţi de ferestre, absida atarului decroşată şi este lipsit de turlă. Este ridicat după modelul celui vechi, în stilul moldovenesc de decadenţă, specific sfârşitului secolului al XIV-lea, cu planul basilical sau longitudinal şi fără cupolă sau alte decoraţii externe. Pe locul vechiului cimitir a fost ridicată o troiţă.

În faţa bisericii, la circa 20 metri, a fost înălţată o clopotniţă iar locul de pe latura de nord este rezervat chiliilor. Cercetările arheologice au scos la lumină ruinele vechii mănăstiri care au fost trecute pe Lista Monumentelor Istorice.

Cele două clopote, atârnate în clopotniţa de piatră, aşezată pe locul celei vechi, sunt trase atât pentru a chema lumea la rugăciune, cât şi pe vreme rea pentru a împrăştia norii şi a îndepărta pericolele.

IRINA STOICA

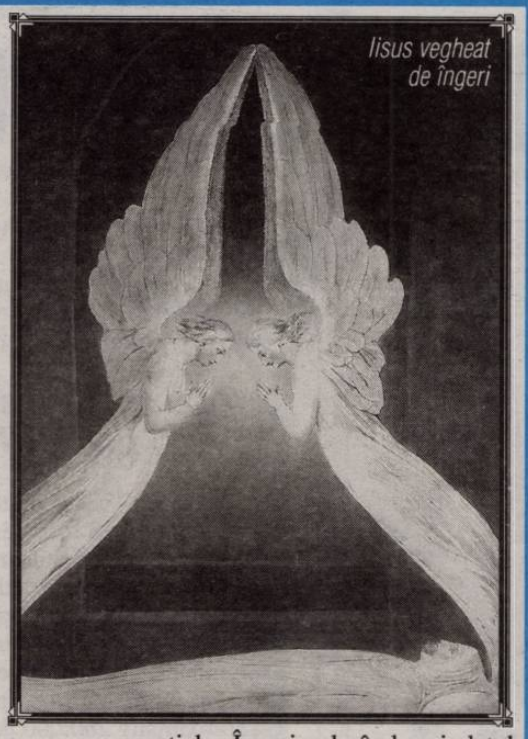
Imaginaţie fără margini

Originalitatea şi complexitatea personalităţii englezului William Blake continuă să uimească lumea contemporană anglo-saxonă. Atât de puternică este amprenta operei sale (arte vizuale, filosofie şi poezie), încât exegeţii consideră că Blake nu a fost epigonul niciunui gânditor şi nici nu a avut urmaşi direcţi, influenţaţi de „bizareria neţărmurită" a operei sale.

Autoportret

De la misticism şi interpretarea Bibliei şi până la rolul social al femeii, al sexualităţii şi al căsătoriei, William Blake şi-a uimit contemporanii dar şi posteritatea prin ideile sale contopite într-o fantezie rar întâlnită până la el.

William Blake (1757-1827) s-a născut în familia unui comerciant de produse de damă, care împreună cu soţia sa, Cathrine, aparţinea unui cult aparte, şi anume „Moravienilor" (grupare protestantă). Cu toate acestea, micul William a fost botezat la o biserică din Londra (oraşul de baştină). El a fost lăsat la şcoală, alături de ceilalţi copii „normali", până la zece ani. La acea vârstă, Cathrine îl retrage de la şcoală pentru a învăţa cu ea şi pentru a urma o clasă specială de desen. Prin principalul motiv al acestei decizii foarte importante pentru formarea personalităţii sale a constat în povestirile băiatului despre visele sale mistice. El îşi expunea părinţilor uluiţi cum văzuse în somn „copaci plini cu îngeri şi un soare care-i făcea cu mâna"... Era o formidabilă imaginaţie sau era adevărat?


Iisus vegheat de îngeri

Nici părinţii şi nici cercetătorii operei lui Blake nu au aflat care sunt originile devierilor extraordinare de la realitate şi de la gândirea raţională a acestui romantic (unii îl clasifică drept pre-romantic) care a influenţat foarte multe generaţii în secolul XIX şi secolul XX. Nonconformismul lui Blake este extrem de dificil de expus pe scurt, dar vom sublinia câteva repere esenţiale. În primul rând, „ciudatul poet" savura Biblia dar era împotriva organizării Bisericii (anglicane). Iisus Christos nu era pentru el o prezenţă mesianică, şi o fiinţă umană având calităţile supreme. În scrierile sale, influenţate mult de Dante Alighieri, Blake a inventat o nouă mitologie, cu personaje de cele mai multe ori groteşti, aflate la limita suportabilităţii. Unul dintre cele mai controversate exemple de personaje inventate de fecunda sa imaginaţie este „Fantoma unui purice" (1820). Pe lângă multe alte personaje şi scene fantasmagorice, personificarea puricelui – văzut ca un vampir musculos, aducând aminte de potenţa unui taur – este una de coşmar, mai ales că hidoşenia acelei fiinţe este dintre cele mai înfiorătoare. Unii critici compară „Fantoma unui purice" cu pânza „Coşmarul" a lui Henry Fuseli (pictor elveţian contemporan cu Blake).

Zilele din urmă

Nabucodonosor

Promotor al „iubirii libere" – concept care va face valuri mult mai târziu în Occident –, Blake a văzut căsătoria ca pe o concretizare a iubirii în luptă cu ostilitatea societăţii egoiste şi devoratoare (a fost însurat cu o analfabetă). Ca un exemplu edificator din filosofia sa asupra Paradisului şi Infernului, pildele personale grupate în „Proverbele Infernlui" au drept motto următoarea idee: „Iadul nu este represiv şi autocratic, ci sensibil la slăbiciunile omului". Gravor şi vizionar inimitabil, William Blake, cu toate ciudăţeniile sale încă greu de explicat (mai ales interpretarea unor concepte biblice majore), a fost ales pe locul 38 într-un sondaj BBC despre cei mai importanţi britanici. În Australia se decernează „Premiul Blake pentru artă religioasă".

Castelul Îngerilor

Lângă Vatican City, în Parcul Adriano din Roma, se află Castel Sant'Angelo sau Castelul Îngerilor. Fortăreaţa cilindrică a fost comandată de împăratul Hadrian ca mausoleu pentru familia sa, edificiu terminat în 139 d.Ch. Aici au fost plasate urnele împăraţilor romani, până la Caracalla (217 d.Ch.). Din secolul XIV a devenit reşedinţă papală (legată de Basilica Sf. Petru prin coridorul fortificat Passetto din Borgo, de 800 de metri lungime). Cândva a fost şi închisoare, iar acum este muzeu.

ZIGZAG în timp şi spaţiu

• Nevasta la tarabă

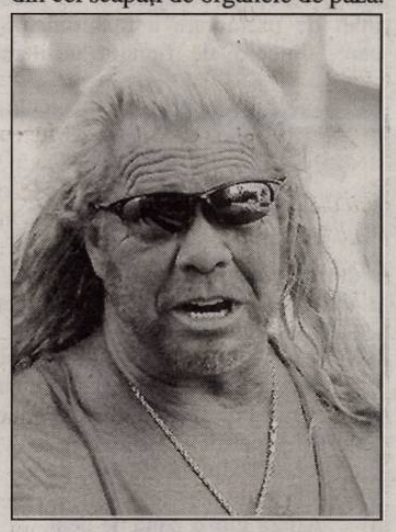
...Regulile Evului Mediu, aşa cum reies din cronicile acelor „vremuri întunecate", aveau în vedere o situaţie cât se poate de economică pentru separarea definitivă a soţilor: vânzarea nevestei. Un caz din Anglia anului 1573 arată că pentru două livre, un anume Jonathan Dall şi-a dat nevasta unui negustor de vite pentru că avea nevoie de un cal! Cu durere în suflet, totuşi, Jonathan a renunţat la nevastă, căci negustorul îi făcea ochi dulci de ceva vreme... Un alt caz ne arată că în 1488, într-o comună de lângă Paris, Rayoll Theban a pierdut la zaruri o sumă frumuşică. După îndelungi discuţii cu nevasta, aceasta a acceptat să se ducă în casa câştigătorului, cu gândul că-l va părăsi după scurtă vreme, dar nu s-a mai întors la Rayoll niciodată.

Presa engleză înregistrează astfel de cazuri până în anul 1913, situaţia generată de faptul că „legea mariajului" din 1753 nu recunoştea căsătoria făcută numai la preot. De asemenea, o „lege a săracilor" dată de Parlamentul englez în 1814 permitea bărbatului dator unei persoane particulare să-şi vândă soţia, care pleca de acasă fără eventualii copii. Preţurile oscilau între 6 şi 20 de lire sterline.

Revenind în zilele noastre, putem spune că preţul unei femei a crescut uluitor, dar nu cu prilejul vreunei negustorii, ci în cazul divorţului. Dacă ne uităm la sumele pe care le plătesc unii bărbaţi pentru a scăpa de nevestele devenite „incomode", atunci putem afirma că sexul slab trage greu la cântar. Mulţi au auzit de magnatul rus Roman Abramovici (născut 1966), care, după ce a fost guvernator (2001-2008) al unei regiuni din Rusia, s-a stabilit la Londra (patron Chelsea Football Club) şi are o avere de aproximativ 18 miliarde de dolari. După o căsătorie de câţiva ani cu Irina, la divorţ tribunalul voia să stabilească o „despăgubire" pentru nevastă de 9 miliarde. În aceste condiţii excepţionale, Irina a avut bunul simţ să admită că n-are nici o contribuţie la muntele de bani ai soţului şi şi-a pus singură preţul: 300 de milioane de dolari, pentru o înţelegere amiabilă...

• Vânătoare bănoasă

În SUA există o lege (începând din jumătatea secolului XIX) care autorizează un civil să captureze un condamnat fugar contra unei sume de bani – de regulă, zece la sută din valoarea sumei cerute de instanţă pentru eliberarea condiţionată. Este o meserie căutată în America, iar datele spun că anual aproape 32 de mii de persoane sunt prinse de vânători, adică 90 la sută din cei scăpaţi de organele de pază.



Cel mai vechi vânător de recompense de mare notorietate a fost John Railey Duncan (1850-1911), care în perioada 1877-1895 a făcut nu mai puţin de 21 de capturări pentru care a primit în total 12 mii de dolari. Evident, nu orice bărbat îşi poate câştiga pâinea astfel. Duncan fusese detectiv şi apoi poliţist texan. Marea lui lovitură a fost prinderea unui criminal în serie, Wes Hardin, acuzat de 42 de crime. Lucrurile s-au petrecut ca-n filme: Duncan voind să-l prindă viu, l-a urmărit, a sărit pe el la momentul oportun şi i-a tras o cărută de pumni înainte de a-l lega fedeleş.

Un alt caz celebru este cel al unei familii întregi care se ocupa cu vânătoarea şi prinderea de infractori, şi anume Duane Chapman zis Câinele (foto). Fapta sa celebră – capturarea bogătaşului Andrew Luster (cosmetice) – i-a adus numai necazuri, deoarece l-a prins în Mexic, unde această meserie este interzisă. A făcut închisoare de mai multe ori, pentru el intervenind însăşi Condoleezza Rice. Din proces în proces, Chapman a devenit o mare vedetă de televiziune şi este văzut ca un erou naţional.

Pagină realizată de
PAUL IOAN

Realitate şi ficţiune

Într-un roman de Agatha Christie, Hercule Poirot era avertizat de un anume criminal, printr-o scrisoare bătută la maşină, în ce localitate va comite următoarea crimă. Ei bine, între anul 1971 şi 1973, în zona localităţii Rochester, statul New York, un ucigaş în serie omorâse trei fete: Carmen Colon, Wanda Walkovitz şi Michele Maenza. După cum se observă, făptaşul fusese obsedat de numele victimelor, pe care le alese în mod special după prima literă, la fel ca în ficţiunea literară a Agathei Christie. Presa l-a poreclit pe acest asasin „Alphabet Killer".

E dificil de afirmat că ucigaşul obsedat de alfabet se inspirase din respectivul roman poliţist, dar acurateţea sa mersese pe urmele criminalului din ficţiune. Alphabet Killer ucisese în nişte orăşele din statul New York care încep cu aceeaşi literă cu cea a victimelor. Mai mult, în buzunarul uneia din fetele violate şi strangulate se găsise un bilet către poliţie, pe care scria, printre altele, „...găsiţi-mă, dacă puteţi!". Era clar că era vorba despre un făptaş din categoria celor care „urau de moarte femeile" şi că avea o inteligenţă criminală aparte. Din păcate, cu toate eforturile depuse de poliţie şi criminalişti, Alphabet Killer nu a fost prins nici astăzi.

Modul cum reuşea să identifice victime care să corespundă modelului alfabetic a rămas un mister. Fetiţele respective, cu vârste cuprinse între 10 şi 11 ani, erau pândite şi ademenite în situaţii în care erau singure pe o rută mai puţin frecventată. După răpire, criminalul deruta poliţia în felul următor: victima era obligată să dea un telefon acasă, de la un post public, pentru a linişti familia. Căutările erau astfel întârziate... Sute de persoane au fost trecute pe lista suspecţilor, dar cel mai probabil suspect s-a sinucis. Ulterior, probele ADN au negat vinovăţia lui. Cu prilejul amplelor căutări, au fost prinşi alţi criminali în serie, care nu aveau legătură cu Alphabet Killer. Culmea este că în acest an, în luna aprilie, a fost prins un ucigaş de 77 de ani, care locuise în zona respectivă în anii '70 şi care omorâse patru femei cu aceeaşi caracteristică: numele şi prenumele începeau cu aceeaşi literă. Ancheta este în derulare, poate fi sau nu o coincidenţă.

Ştiaţi că...

◆ ...Leondardo da Vinci era ambidextru? Era capabil să

scrie cu o mână şi să deseneze cu cealaltă, în sensuri diferite, în acelaşi timp.

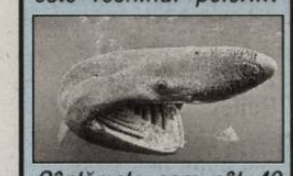
◆ ...primele cereale cultivate au fost grâul şi orzul? Se pare că primele animale domesticite au fost caprele şi oile deşi unii cercetători susţin în acest sens câinele.

◆ ...peştii Piranha atacă şi prădă în grup? În câteva secunde

ei pot consuma până la schelet chiar şi animale mari.

◆ ...deşi este de cele mai multe ori distrugătoare, cenuşa vulcanică oferă şi unele foloase? Când cade în cantităţi mici hrăneşte solul şi îmbunătăţeşte recoltele.

◆ ...cel mai mare peşte din lume este rechinul pelerin?



Cântăreşte cam cât 40 de automobile de dimensiuni medii.

◆ ...când îşi văd prietenii elefanţii îşi flutură trompele? Acesta este un fel de salut.

◆ ...lângă lacul Titicaca, situat la 3812 m altitudine, nu cresc copaci? Locuitorii

insulelor de pe lac îşi confecţionează totul de la case la bărci din trestii Totora.

Ştiaţi că...

Legendă lusitană

Ţară a muzicii şi dansului a unui vin celebru şi a unor mâncăruri rafinate, fostă mare putere maritimă, loc de unde mari navigatori ai lumii au pornit-o spre zări necunoscute, Portugalia este şi o ţară a legendelor. Una dintre acestea, devenită simbolică este legată de localitatea Barcelos din nordul ţării.

Monumentul cocoşului, simbolul Portugaliei

Panorama oraşului Barcelos

Biserică din Barcelos

Aflat în regiunea Porto, în apropiere de Braga, Barcelos este un oraş înfloritor, aşezat pe un platou înverzit, pe malul drept al râului Cavado. Cu o populaţie de circa 120.000 de locuitori este înconjurat de dealuri. Seara, străzile răsună de acordurile fadoului şi viaţa oraşului face să se desfăşoare cu precădere în Campo da Republica, una dintre cele mai mari şi mai vechi pieţe din ţară. A devenit faimoasă şi prin faptul că aici, în fiecare zi de marţi, pe lângă fructele şi legumele vândute de obicei, se desfăşoară un târg de mobilier şi obiecte de artizanat.

Oraşul prezintă mai multe monumente printre care Casa Constables, Muzeul Artei şi Meşteşugurilor, un Muzeu al Ceramicii şi câteva bisericii printre care două de o inegalabilă frumuseţe, împodobite în interior cu faimosele „azuelos", acele plăcuţe de ceramică în alb şi albastru, care au adus faimă ţării.

Există de asemenea un monument în formă de cruce dar cel mai cunoscut rămâne cel al cocoşului, devenit simbol al Portugaliei. Această pasăre care prin cântecul ei anunţă venirea zorilor, este întâlnită din cele mai vechi timpuri în mitologiile mai multor popoare. Apare atât în legendele hagiografice cât şi în basme. Se credea că prin cântecul lor, cocoşii izgonesc diavolii, pasărea era simbolul bunului predicator, al adevărului, al curajului, o făptură solară, şi reprezentare a spiritului de luptă. Chiar dacă Evul Mediu i-a împrumutat, asemenea ţapului, şi semnificaţii negative, acest lucru nu l-a împiedicat să devină simbolul Galiei, al unor sfinţi şi patroni al ceasornicarilor. Imaginea sa apare şi pe ceramica românească sau în tablourile lui Chagall, dar nicărieri în lume nu este atât de cunoscut ca în Portugalia şi mai ales în Barcelos unde a luat naştere legenda sa, răspândită în toată ţara. Cocoşul portughez este reprezentat într-o mulţime de forme. Apare cu ornament, ca motiv în cusăturile naţionale, pe acoperişurile caselor şi în biserici. Femeile se împodobesc purtând amulete şi cercei reprezentând acelaşi cocoş şi puţini sunt cei care au vizitat această ţară şi nu şi-au cumpărat un suvenir sub forma unui cocoş colorat în roşu şi albastru şi uneori într-o combinaţie în care apare şi galbenul sau negrul.

Casa Constables

Povestea lui cunoaşte mai multe variante. Una dintre ele spune că un pelerin, care trecea prin oraş, a fost acuzat pe nedrept de furtul unor obiecte de valoare şi condamnat la spânzurătoare. Ştiindu-se nevinovat, omul s-a rugat fierbinte Sfântului Iacob şi acesta i-a ascultat rugăciunea. Judecătorul care l-a condamnat la moarte avea un cocoş care a început să cânte fără încetare. Omul legii a interpretat acest lucru ca pe un semn al nevinovăţiei condamnatului şi a retras pe loc de orice acuzaţie, salvându-i viaţa.

O altă versiune a legendei spune că în timpul unui ospăţ dat de un mare senior a dispărut un obiect de argint deosebit de preţios. Unul dintre cei prezenţi a fost acuzat de furt, pe baza unor dovezi care păreau să-l incrimineze. Adus în faţa judecătorului el şi-a susţinut nevinovăţia şi, văzând într-un coş de nuiele un cocoş, a spus că pasărea va dovedi că nu el este hoţul. Cocoşul a început imediat să cânte iar omul a fost eliberat.

Există şi o alta cu un conţinut ceva mai dramatic. Un pelerin era acuzat de o crimă pe care nu o făcuse. Condamnat la spânzurătoare şi mergând spre locul osândei, a trecut pe lângă casa judecătorului, şi a cerut să i se permită să-şi mai susţină odată nevinovăţia. Încercarea sa părea lipsită de succes şi, în cele din urmă, văzând un cocoş fript pe o tavă a spus că dacă este nevinovat cocoşul va începe să cânte. Când omului i se punea ştreangul, cocoşul a săltat pe farfurie şi a cântat, iar judecătorul a avut timp să alerge la locul execuţiei şi să-l elibereze pe nevinovat.

Devenită parte integrantă a vieţii poporului această legendă simbolizează trimful adevărului şi a dreptăţii.

Statuia din Turda

În Piaţa Republicii din centrul municipiului Turda a fost ridicată statuia lui Avram Iancu, având pe soclu inscripţia „Unicul dor al vieţii mele este să-mi văd naţiunea fericită".

Statuia a fost dezvelită la 25 octombrie 1998, aniversându-se şi în acest fel 150 de ani de la Revoluţia de la 1848. Statuia de bronz, cu o înălţime de 3,5 metri a fost realizată prin grija primarului local şi a societăţii Avram Iancu. Este opera sculptorului Ilarion Voinea în colaborare cu Emil Creţu din Cluj-Napoca, Adrian Mitran şi Daniel Sandu. A fost turnată la atelierele Metalul Cluj.

Pagina realizata de IRINA STOICA

Simboluri ale umanităţii

Buburuza

Această insectă mică, de culoare roşie cu şapte puncte negre, răspândită în multe colţuri ale lumii, are o simbolistică predominant pozitivă. Ea apare mai ales ca simbol al norocului. Prevesteşte o dragoste sinceră şi împărtăşită, sănătate, noroc financiar şi chiar împlinirea unor dorinţe. Are multiple funcţii magice. Este o reprezentare zoomorfă a soarelui, sugerând primăvara, căldura, bogăţia şi fertilitatea.

În popor se crede că dacă o persoană necăsătorită ia o buburuză în mână, o lasă să se plimbe în voie în palmă şi apoi să-şi ia zborul, în direcţia aceea îşi va găsi ursitul. Uciderea unei gărgăriţe aduce ghinion.

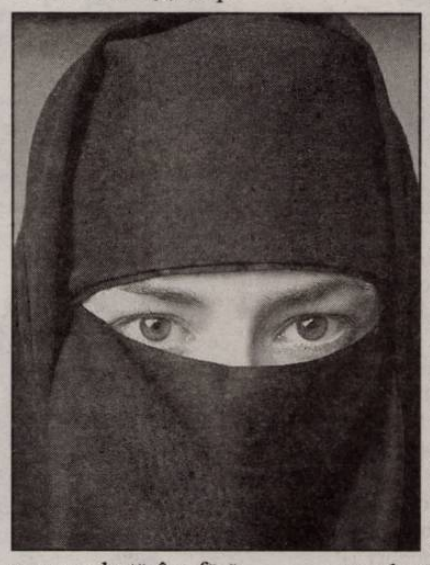
Dacă o buburuză intră în casa cuiva, numărul punctelor negre poate arăta numărul copiilor care se vor naşte aici, sau cel al banilor care se vor câştiga. Dacă mica făptură se aşază pe un obiect acesta va fi înlocuit cu unul mai bun sau va suferi serioase îmbunătăţiri.

O amuletă sau o broşă sub forma unei buburuze aduce şi ea noroc celui care o poartă, eliberându-l de orice tensiune, înzestrându-l cu calm şi răbdare şi ajutându-l să depăşească toate greutăţile.

Divorţ... la căsătorie

Legile scrise şi nescrise ale lumii arabe pot detrmina situaţii nu doar pline de neprevăzut, ci şi de-a dreptul şocante uneori. O dovedeşte cu prisosinţă cazul unui tânăr ambasador care intenţiona să se căsătorească, însă fericitul eveniment a căpătat o turnură exact contrară. S-a întâmplat la Dubai, după ce bărbatul a făcut o descoperire care l-a oripilat, exact în momentul când trebuia să îşi sărute mireasa.

Până în ziua căsătoriei, diplomatul îşi văzuse aleasa la chip doar în fotografii, la întâlniri ea venind întotdeauna acoperită de niqab, voalul specific femeilor musulmane. Părea o tânără încântătoare şi, drept



urmare, hotărâse fără rezerve să-şi lege viaţa de a ei. Însă, odată ridicată pânza protectoare, s-a cutremurat: mireasa lui avea obrazul acoperit de o „superbă" barbă!

Reacţia imediată a tânărului a fost să părăsească imediat ceremonia, mergând direct la tribunal, pentru divorţ. Avocaţii săi au aflat ulterior că femeia suferea de o dereglare hormonală şi dorea foarte mult să se căsătorească, dar nu oricum, ci cu un diplomat. Cât despre fotografiile cu care fusese „îmbrobodit" tânărul, acestea o înfăţişau pe cu adevărat frumoasa soră a miresei cu barbă. *(A.N.P.)*

Un labrador, martorul principal

Să fim cinstiţi şi corecţi: dacă animalele ar putea vorbi cu noi (între ele se înţeleg datorită unui limbaj pe care noi suntem cei ce nu-l pricep), lumea ar arăta azi cu totul altfel; mai exact, mult mai bună, mai frumoasă, mai pozitivă. Uneori însă putem prelua informaţii transmise de anumite necuvântătoare şi chiar să le folosim în situaţii foarte delicate. Ce-aţi zice, de pildă, despre un proces în care este chemat ca martor-cheie un câine?

Vorbim despre un caz real petrecut recent în Franţa. Un judecător de instrucţie care ancheta uciderea unui tânăr de 27 de ani a încercat să rezolve cazul luându-l drept martor pe Tango, un labrador în vârstă de 9 ani, care se aflase de faţă în momentul derulării tragediei.

Drept urmare, potrivit părinţilor victimei, căţelul suferise un şoc şi rămăsese cu... coşmaruri. Pentru a proba validitatea unei asemenea solicitări absolut insolite, s-a efectuat un test. Tango şi Norman, un alt labrador, însă cu totul străin de respectiva crimă, au fost

confruntaţi cu un individ înarmat cu o bâtă, pentru a se verifica reacţiile animalelor. Din păcate (pentru el?), Tango a rămas de piatră, astfel că nici potenţiala sa „mărturie" nu s-a mai înregistrat!

Oricât de ilar şi incredibil ar fi, cazul respectiv nu este unic. În luna martie, în oraşul Nanterre au fost judecaţi doi bărbaţi acuzaţi de asasinarea unei văduve, caz despre care s-a scris nu cu mult timp în urmă în revista noastră.

Acuma, dacă stăm să ne gândim mai bine, un sâmbure de adevăr ar putea să existe în aceste cazuri. Dar, cum spuneam: dacă animalele ar vorbi... *(A.N.P.)*

Rebel dar cu inimă mare

Joe Suarez e un adolescent neîmpăcat cu şcoala, care îşi petrece o parte din timp hoinărind cu gaşca sa de prieteni într-un cartier mărginaş din New York, fiecare cu o cutie de bere într-o mână iar în cealaltă cu un spray pe care le foloseau ca să acopere faţadele unor imobile cu reprezentări de tip graf-

fiti. Dar o mare parte din timp o petrecea cu sora sa, grav bolnavă, care era ţintuită la pat. Îi aducea reviste, o răsfăţa cu preparate culinare fine, prezentate apetisant, îi povestea cu haz ce năzbâtii a mai făcut cu amicii săi hoinari. Şi reuşea de fiecare dată s-o binedispună, să-i aducă licăriri de bucurie. O vedea însă deseori ghemuindu-se în pat şi plângând, neîmpăcată cu starea în care se afla şi tare îl durea sufletul. Tot ce putea face pentru ea era să-i aducă cât mai multe clipe de detaşare, s-o facă să zâmbească...

Într-o zi i-a venit o idee năstruşnică dar în concordanţă cu obiceiurile sale nocturne. Şi-a mobilizat gaşca într-o noapte şi în câteva ore au colorat partea inferioară a clădirilor din faţa ferestrei camerei în care stătea sora sa. Riscul era mare; dacă ar fi fost surprinşi de poliţie, ar fi fost arestaţi. Cei mai mulţi dintre locatari care au văzut dimineaţa faţada imobilelor plină de dragoni, nimfe, femei goale, realizate într-o manieră simplă şi grosieră dar cu efecte spectaculoase, au fost revoltaţi.

În mijlocul unei fresce, Joe a scris cu litere uriaşe: „Fii curajoasă! Te iubim cu toţii!" Joe s-a întors apoi acasă şi... s-a culcat.

Dimineaţa, i-a adus micul dejun surorii, i-a pus muzică rapp, apoi a luat-o în braţe şi s-a îndreptat spre fereastra larg deschisă pentru a-i oferi marea surpriză.

Au fost cele mai fericite clipe din viaţa ei după ce boala a osândit-o la pat. Clipe de fericire şi stupefacţie pe care le trăieşte de fiecare dată când se află cu Joe în faţa ferestrei. *(D.M.)*

Acadeaua cu noroc

Antonio Lorenzo, un argentinian de 16 ani, se consideră cel mai norocos om din lume. Aşa crede şi familia sa şi pe bună dreptate.

Lucrurile s-au petrecut pe cât de neaşteptat pe atât de repede.

Tânărul şi-a cumpărat o acadea din acelea înfipte într-un beţişor şi învelite într-o hârtie multicoloră. După ce a îndepărtat hârtia, băiatul a remarcat un colţ de pietricică ieşind de sub pasta lipicioasă. A îndepărtat pasta respectivă şi a scos la lumină un diamant neşlefuit. Forma ciudată a pietrei l-a pus pe gânduri, făcându-l să se îndoiască de valoarea acesteia.

Mama l-a sfătuit însă să meargă la un bijutier, care a stabilit că nu e vorba de o sticlă oarecare ci de un diamant în valoare de un milion de dolari. Cei doi, mamă şi fiu, s-au adresat şi poliţiei, care a hotărât că diamantul le aparţine.

Bogăţia apărută peste noapte nu a zăpăcit minţile mamei, care a declarat că, după o viaţă de muncă dură, aceasta este o recompensă meritată şi că va folosi cea mai mare parte de bani pentru educaţia norocosului fiu. *(I.S.)*

Peştele şi jucăria sexuală

Dacă am vorbi despre „peştele" cu... două picioare, alăturarea celor două elemente din titlu ar avea oarece noimă, însă ne referim de fapt chiar la un peşte adevărat, mai precis un ditamai codul de aproape 6 kilograme, care – cum, necum – a intrat în posesia a ceea ce într-un limbaj oarecum mai blând se numeşte jucărie sexuală. Nefireasca „întovărăşire" a descoperit-o Bjoern Frilund, un pescar norvegian de 64 de ani, după ce în plasa lui a picat excentrica vietate acvatică.

În primul moment, bărbatului i-a fost atrasă atenţia de forma neobişnuită a abdomenului peştelui, dar nici nu i-a trecut prin minte că va găsi o asemenea bazaconie în pântecele acestuia. Secţionându-l, a scos la iveală mai întâi doi heringi, apoi, în cele din urmă, bizara „jucărie" de cauciuc portocalie, care avea motoraşul întreg, însă cu bateriile consumate. Pescarul şi-a explicat insolita întâmplare prin faptul că peştele confundase pesemne obiectul cu pricina cu un calmar şi îl înghiţise. „Eventualitatea să se găsească aşa ceva în stomacul unui peşte din ocean este cam la fel de mare ca a te trezi cu un meteorit în cap!", a comentat Bjoern întâmplarea. Oricum, mult mai greu de precizat este modul cum a ajuns jucăria sexuală să fie servită în loc de mâncare, în mijlocul oceanului, de către inocentul animal! *(A.N.P.)*

Maratonistul „cocoşat"

Cu zece zile în urmă, sportivul englez Tony Phoenix-Morrison, în vârstă de 49 de ani, a trecut linia de sosire a maratonului din Londra după 26 de ore de alergare. O performanţă remarcabilă, veţi spune, având în vedere vârsta sa. Numai că în acest caz este vorba nu de una ci de o triplă performanţă, cea de-a doua fiind cu totul atipică. Alergătorul a efectuat cursa — de necrezut — cu un frigider, în greutate de 42 de kilograme, în spate. După ce şi-a tras sufletul a fost transportat la punctul de plecare, reluând maratonul în timpul nopţii fără să renunţe la frigider.

Sportivul, supranumit Tony the Fridge, a decis iniţial să parcurgă traseul de patru ori, dar l-a împiedicat, la un moment dat o criză prelungită de dureri abdominale.

Eforturile uriaşe depuse în aceste curse infernale nu au fost motivate de dorinţa de a-şi întări statutul de vedetă sportivă ci de ambiţia de a strânge bani pentru o fundaţie care luptă împotriva cancerului. În doar două zile a reuşit să strângă o sumă importantă de lire sterline (aproximativ 14.500 de euro). În acelaşi scop a mai participat anul trecut la 4 curse de maraton care s-au desfăşurat de-a lungul a 40 de zile. *(D.M.)*

Casa tranşată în două

Declarat iremediabil învechit, un imobil din oraşul chinez ultramodern Shenyang (cu cele peste 8 milioane de locuitori, acesta este cel mai mare şi mai populat din nord-estul ţării) a fost eliminat pentru a se construi în loc un centru comercial. Nimic deosebit până aici, însă cu totul senzaţională a fost modalitatea aleasă de arhitecţi pentru operaţiunea respectivă: ei nu au distrus decât fix jumătate din construcţie, cealaltă jumătate fiind păstrată în picioare. O opţiune mai puţin obişnuită, dar şi mai interesant a fost felul în care s-a realizat partea cea mai dificilă a operaţiunii.

Ei bine, muncitorii au secţionat manual pereţii, înainte să instaleze explozibilul, pentru a nu distruge decât o parte a imobilului. Treaba a fost făcută cu atâta acurateţe, încât poate fi comparată — evident, păstrând proporţiile — cu o veritabilă tăietură de bisturiu, întrucât după ce jumătatea „bolnavă" s-a transformat în pulbere, partea de clădire rămasă în picioare părea să fi avut dintotdeauna aspectul respectiv.

De altfel, ea va avea o viaţă nouă, modernă şi mondenă, întrucât se va învecina cât de curând cu un hotel de cinci stele, un parc interior, numeroase birouri şic, precum şi un indispensabil supermarket. (A.N.P.)